

بنت النيل



سفر
الاحلام!



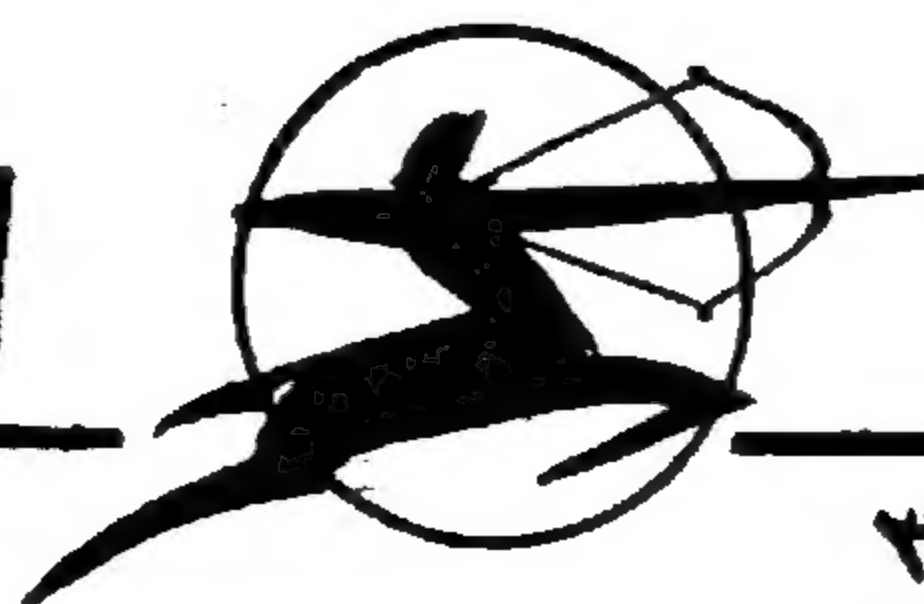
سافروا على خطوط اير انديا انترناشيونال لانها :
- حريصة على توفير جميع وسائل الراحة للمسافرين
- الخطوط الوحيدة التي تقوم بست رحلات اسبوعيا الى لندن •
- يتاح لكل مسافر في الدرجة الاولى للنسء ان يحول مقعده الى سرير مريح للغاية طول السفر •

هذا السرير المريح ليس في البيت أو أحد الفنادق الفاخرة كما تتصور ولكنه في طائرات « اير انديا » ان كل مسافر بالدرجة الاولى الى لندن يستطيع ان يضبط على زر بالكرسي الذي يجلس عليه فيتحول الى سرير مريح ممتع ويستسلم لاحلام سعيدة هادئة النفس ناعم البال حتى يصل الى لندن بلا تعب ولا ملل •

اير انديا
انترناشيونال



AIR-INDIA



International

الاسكندرية ٢٠١ شارع طوسون : ت ٢٢٦٨٧

القاهرة : ١ شارع سليمان باشا ت ٣١٨٧٣ / ٣١٨٧٧

الجلاد وعمرية الصحافة



سعدت حقاً بتحقيق الجلاء عن مصر ، وانشرح صدرى باعادة حرية الصحافة اليها
فى نفس اليوم الذى تم فيه اعلان الجلاء وتحرير البلاد من الاستعمار الاجنبى .
وفى الواقع أنى كنت تواقه الى اعلان حرية الصحافة فى يوم الفرح العام الذى ملا
قلوبنا جميعا بخروج اخر جندي بريطانى عن أرض الوطن بعد ٧٤ عاما تقريبا فى
كفاح مستمر . . وأمل واسع عريض فى انتظار هذا اليوم المشهود الذى يفخر به كل
مصرى وكل مصرية ولن ينسى فرحته واحدمنا لانه أمل الاجداد توارثه الابناء والاحفاد
حتى تحقق وعادت معه لمصر سيادتها كاملة واستقلالها كاملا .

وكان من تمام الفرحة فى هذا اليوم العظيم يوم اعلان الجلاء ورفع العلم المصرى
على اخر موقع كان يحتله المستعمرون فى أرض الوطن - أقول كان من تمام الفرحة
اعلان حرية الصحافة فى هذا اليوم العظيم .

لانه لا بد من حرية الصحافة فى بلد حر مستقل تحقق استقلاله وتمتع بحقوقه التى
طالما كافح من أجلها وعمل لتحقيقها كاملة غير منقوصة ويعد العدة للعمل على استرداد
مجده القديم .

ان استقلالنا لا يغدو مصونا ما لم يعمل كل فرد من أبناء هذا الوطن ما وسعه العمل
لصيانته وما فيه الخير للجميع ويؤدي واجبه بأمانة واخلاص .
ومن الضروري لكى يؤدي كل فرد واجبه أن يتمتع بحريته كاملة والصحافة مظهر
هذه الحرية ورسالتها من أعظم الرسائل فى الشعوب .

فالصحافة ليست مهنة فقط كما يتصور البعض ولكنها المشعل الذى يبصر الراى
العام ويقوده ويعبر عن أفكاره واتجاهاته فهى رسالة من أعظم الرسائل .
والرسالات بطبيعتها لا تؤدي الا اذا توافرت لها الحرية والشعور بالمسئولية .

دريج جعفر
رئيسة التحرير

بنيت النيل السياسية

اعرفني الدنيا...

مجلس الثورة وحق اصدار القرارات لحين اجتماع مجلس الامة .

لندن :

قالت الاوساط المطلعة أن الحكومة البريطانية وضعت سياسة جديدة لمعالجة المشكلة القبرصية ، وتقرر بعد المحادثات التي جرت بين سير أنطونى ايدن رئيس الوزراء ولينوكس بويد وزير المستعمرات ، وسيبر جون هاردنج حاكم قبرص ألا تجرى المفاوضات مع القبرصيين الا بعد تصفية (الارهاب) أى القضاء على الحركة الوطنية التي ترمى الى التخلص من الحكم البريطانى فى الجزيرة وبشرط الا تتم المفاوضات بأى حال مع الاب مكارىوس زعيم الحركة الوطنية المنفى فى سيشل .

موسكو :

وتحدث المارشال تيتو أثناء زيارته لروسيا الى مراسلى صحف الغسرب فقال انه مستعد للذهاب الى واشنطن اذا دعى لبحث العلاقات بين يوغوسلافيا والولايات المتحدة . وكان الرئيس ايزنهاور قد صرح قبل ذلك بأنه يرى إعادة النظر فى العون الأمريكى ليوغوسلافيا فى ضوء مصالح أمريكا

جيوش البلاد العربية فى استعراض الجيش المصرى الذى أقيم له يوم ٢٠ الماضى وقد حضر مسيو شبيلوف وزير خارجية روسيا هذه الاحتفالات .

وفى يوم ٢٣ يونيو تم الاستفتاء على الدستور وانتخاب رئيس الجمهورية . وكانت نتيجة انتخاب رئيس الجمهورية ٩٩٩ فى المائة . وقرر مجلس الثورة فى آخر جلسة له تخويل رئيس الجمهورية حق الاعفاء عن صدرت ضدهم أحكام من

القاهرة :

قضت القاهرة معظم أيام الشهر الماضى فى حفلات وابتهاجات فقد تم فى هذا الشهر جلاء القوات البريطانية عن منطقة القناة حسب الاتفاقية المبرمة فى ١٩ أكتوبر سنة ١٩٥٤ وأقيمت احتفالات شملت البلاد كلها بمناسبة تنفيذ الجلاء ورفع الرئيس جمال عبد الناصر علم مصر على مبنى البحرية ببور سعيد وهو آخر مكان تم الجلاء عنه . كما اشتركت وحدات من



- عمى العزيز .. تحت تهديد عصا والدى اقدم لك اطيب التهانى بالعيد ..

جهاد المرأة المصرية

اليوم وقد تحقق لمصر اعز امانيتها وامالها وهو تحقيق الجلاء عن ارضها ، هذا الجلاء الذى كافح من اجله أبناء مصر ٧٤ عاما منذ عهد حركة عرابى الى اليوم ، جيلا بعد جيل ، وطبقة بعد طبقة ، فان من الحق علينا أن نذكر تضحيات المرأة المصرية فى هذا الكفاح المرير حتى تم الجلاء وتحقيق لمصر استقلالها كاملا غير منقوص .

وقد لا يذكر أبناء هذا الجيل أن المرأة المصرية قامت بدور هام فى حركة عرابى . . فقد وقفت الى جوار الرجل وهى محجة خلف الستور تدافع عن بلادها وتقاوم المستعمر بشتى الوسائل وبكل ماوسعها من المقاومة مما سطره التاريخ ووعاه ولا يتسع لسرده هذا المكان

وفى ثورة سنة ١٩١٩ تقدمت الصفوف وعرضت صدرها لرصاص الانجليز وقادت المظاهرات وخطبت فى الجموع الشائرة والهبت الحماسة فى الرجال باراقة دمها رخيصا لمقاومة خصوم بلادها وتحقيق استقلال البلاد واسترداد حريتها مما ادهش العالم وكان له صدى بعيد فى ايقاظ الوعي بين جميع نساء الشرق ، هذا الى جانب ما كانت تقوم به من تضييد جرحى الكفاح ومواساتهم وتقوية معنوياتهم وغير ذلك من اعمال البطولة والتضحية الغالية .

ويوم ان وقفت مصر صفا واحدا بعد الفاء المعاهدة . . وتسابق ابناؤها الى القنال يفتون الوطن بدمائهم الزكية . وتكافح المستعمر معهم جنبا الى جنب ، وفى هذا الكفاح استشهدت أم صابر وغيرها من نساء مصر

هذا جانب من كفاح المرأة المصرية لتحقيق الجلاء نسجله فى هذه المجالة بكل فخر فى هذه المناسبة الخالدة خروج الانجليز من بلادنا وتحقيق استقلالها كاملا .

بنيت النيل

خارجية

• أصدر الوطنيون الجزائريون بياناً جاء فيه أن جيش التحرير قرر تغيير خطته فسينقل الحرب إلى المدن • وإذا أعدم أحد من الوطنيين فسوف يدفع الفرنسيون الثمن غالياً •

• أصبح من المعروف أن كريشنا منون المبعوث الشخصي للبانديت نهرو سوف يباحث كريستيان بينو وزير خارجية فرنسا بشأن المشكلة الجزائرية •

• يعتقد المراقبون الغربيون أن دول الكتلة الشيوعية الحالية قد تنتظم في مجموعة لها عليا مشتركة على غرار الكومنولث البريطاني تقريباً بحيث تحتفظ هذه الدول بحرية العمل في نطاق الكومنولث •

• أبلغ كرك جونغ أحد أعضاء الجمعية الوطنية في الكمرون مجلس الوصاية التابع للأمم المتحدة أنه يرى إنشاء جمعية تشريعية في الكمرون دون إبطاء ، وقال انه يطلب ان يتألف المجلس الحاكم من أكثرية كمرونية



البائعة : الباطو ده مدشى للدرجة ان اصحابك نفسهم مش حايقدرؤا ينتقدوه ...

وأقلية فرنسية على أن يكون المجلس مسئولاً أمام الجمعية وطلب جونغ أن تمنح بلاده الاستقلال في نهاية الامر •

• وجهت الحكومة الاسرائيلية الدعوة الى وزير خارجية روسيا لزيارتها اسوة بالدول العربية ، وقد رفض مسيو شيلوف هذه الدعوة •

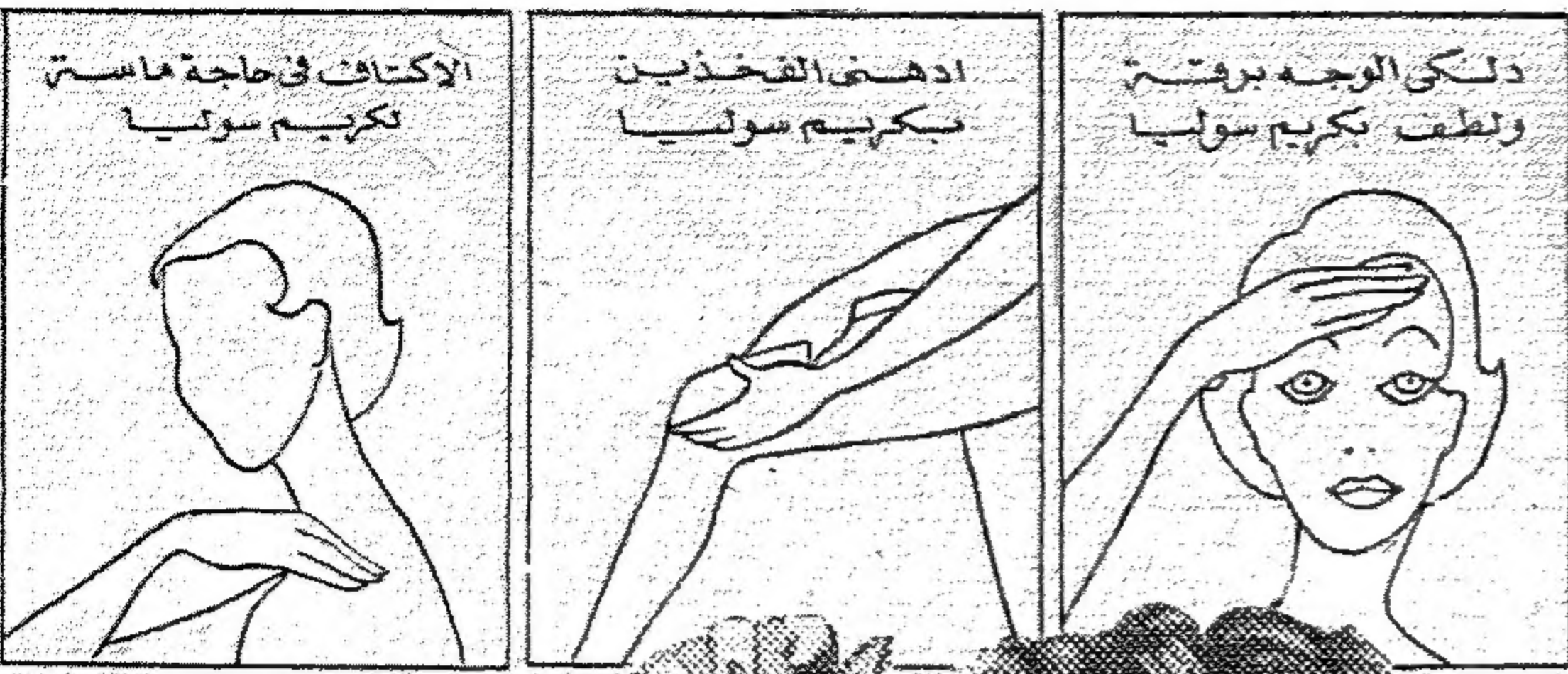
• قال الجنرال كورتيس ليماي قائد الاستراتيجية الجوية الامريكية أن روسيا سيكون لها من القاذفات الثقيلة ضعف ما تملكه الولايات المتحدة في غضون السنوات الثلاث القادمة •

• نشبت في البرلمان التركي معركة حول السياسة المصرية العربية • وعاد عدنان مندريس رئيس وزراء تركيا مهاجمة سياسة مصر تجاه حلف بغداد ، وتجاه ما سماه قضايا الدفاع عن الشرق الاوسط •

• رفض مجلس النواب اللبناني التصديق على مشروع الاتفاق التجاري المعقود بين لبنان وتركيا •

• تسلمت السلطات المصرية في بريطانيا المدمرتين اللتين باعتهما الحكومة البريطانية لمصر وقد غادرت هاتان المدمرتان أحد الموانئ الانجليزية في طريقهما الى الاسكندرية •

كما وصل الى الاسكندرية يوم ١١ يوليو بعض المدمرات التي اشترتها مصر لضمها الى الاسطول المصري ••



دلكي بشرتك عند اخذ حمامات الشمس بكريم سوليا • ان زيت سوليا • التزايقي بشرتك من اشعة الشمس المحرقة وتعيد لها نضارتها وشبابها • دلكي بشرتك بكريم سوليا • فهو يصونها من اثر الجفاف والخشونة مهما تعرضت لحرارة الشمس فتستظل نصيرة كالزهرة ناعمة كالحرير • دلكي بشرتك ياسيدتي بانتظام بكريم سوليا • لترددين سحراً وجمالاً وسوف تلاحظي نظرات الاعجاب في كل مكان •



كريم سوليا

كريم سوليا الوحيد الذي يحلوي على مادة الاسارات التي تخافها البشرة لتكتب جمالا
انتاج مصانع بيرز دورف • هامبورج • ألمانيا
من تليفون ٢٤٦٨

تليفونات بنت النيل

٤٩٦٦٨ و ٤٠٦٨٤



القاهرة : صهوان سليمان ماسا رقم ٩ تليفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ٢٥٠١٥
الاسكندرية : شارع شربين رقم ٢٢ تليفون ٢٣٩٢٩
ويميم كاتبه السياسية الصغرى



المرأة في الحياة الاجتماعية



السيدة امينه صدقي

والزوجان هما السيدة أمينة صدقي المعروفة بمجهوداتها في النشاط الاجتماعي النسائي والشاعر الكبير عزيز اباطه .

مديرة مكتب السياحة

تسلمت السيدة يسرية يسري عملها مديرة لمكتب مصلحة السياحة في بور سعيد وهي أول سيدة مصرية تشغل هذا المنصب الكبير .

في سويسرا للعلاج

تقيم الان في سويسرا بصفة دائمة السيدة نيللى سلطان للعلاج .

وقد سافر اليها في الاسبوع الماضي زوجها السيد حسنى نجيب للاطمئنان على صحتها ولقضاء فترة للراحة والاستشفاء .

للاستجمام والعلاج

وسافرت الى سويسرا السيدة زينب نور أمينة صندوق اتحاد بنت النيل بصحبة زوجها الاستاذ محمود متولى نور المحامى للراحة والعلاج ، يعودان بعدها الى القاهرة فى نهاية شهر أغسطس المقبل .



السيدة عزيزة شكرى

الجوائز فى المسابقة الدولية للنهوض الاجتماعى ، وكانت ضيفة الشرف فى هذا الاحتفال السيدة عزيزة شكرى قرينة السفير المصرى فى واشنطن ، حيث تسلمت الجائزة الاولى التى فازت بها مصر .

وتقول السيدة عزيزة والفخر يملأها أن اسم مصر واسم المرأة المصرية على كل لسان .

امسك الخشب

ينظر المجتمع بالاعجاب الى حفل اقامه زوجان بمناسبة مرور عشر سنوات على زواجهما بدون عكنة ومن حقهما أن يمسكا الخشب حتى لا يحسدهما حسود .



السيدة يسرية يسري

بل فى العالم أجمع وهذا ما نسجله بالاعجاب والتقدير .

الايدي الناعمة

ظاهرة نسجلها بالاعجاب والتقدير لسيدات الطبقة الراقية « الارستقراطية » فقد أقبلن فى ازدياد مستمر على تعلم فن التفصيل والحياكة فى بعض المعاهد المخصصة لذلك ، توطئة لاعداد ملابسهن وملابس أطفالهن بأيديهن الناعمة .

والقفاطين ايضا

ومن المودات التى انتشرت بين سيدات المجتمع المصرى والاجنبى فى حفلات الصيف مودة القفاطين « القطنى الشاهى » وهو مصنوع من القطن المصرى الخالص فقد شوهدت فى أكثر من حفلة بعض سيدات المجتمع يلبسن فساتين السهرة من قماش القفاطين الذى يمتاز بألوانه الزاهية ونقشته البديعة .

المرأة المصرية فى الخارج

أقام الاتحاد العام لاندية السيدات فى الولايات المتحدة احتفالا كبيرا فى مدينة كانزاس لتوزيع

مصاييفنا هذا العام من المنتظر أن تزدهم المصاييف هذا العام بعد القرار الخاص بحظر السفر الى أوروبا لغير المرضى وذوى الاعذار .

والمتوقع أن تكون الاسكندرية طول مدة الصيف الاسكندرية أكثر من باقى المصاييف فى اقبال المصطافين عليها .

كما انها ستكون أكثر ازدهاما فى أيام « الويك اند » .

وفى الشهر الماضى كانت الاسكندرية أيام الخميس والجمع والسبت والاحد مزدحمة بعدد كبير من سيدات مجتمع القاهرة اللواتى فضلن الانتقال الى الاسكندرية طول مدة الصيف بعد حظر السفر الى الخارج .

القطن المصرى

وقد قفزت أسهم الفساتين المصنوعة من القطن المصرى فى صيف هذا العام بالقاهرة والاسكندرية بين سيدات المجتمع المصرى والاجنبى حتى أصبح نسيج القطن المصرى مودة هذا الموسم بلا منازع لا فى مصر وحدها



السيدة نفيسة الفراوي



السيدة نادر صبور



السيدة فوزية الطرابلسي



السيدة اعتماد الطرابلسي



السيدة نادية البدرأوى



السيدة زينب نسور

والسيدة اعتماد فنانة أصيلة درست فن الرسم بكلية الفنون في باريس .

الامهات والاطفال

زاد عدد الطالبات في المدارس الثلاث للباله زيادة كبيرة بعد أن أقبلت بنات الاسر المصرية على هذه المدارس الجديدة .

ومما يجدر ذكره أن بعض الامهات يتعلمن رقص الباله مع اطفالهن .

أحبتي الكفوف

السيدة نادر صبور

لا تزال السيدة نادر صبور معتكفة بسبب الحزن ومع هذا فانها تقوم بمواصلة نشاطها الاجتماعي لخدمة المرأة المصرية .

معرض فنانة مصرية

وأقامت الفنانة السيدة اعتماد الطرابلسي معرضها الاول للصور الزيتية في فندق سميراميس حيث عرضت ٢٣ لوحة فنية تمثل بعض الشخصيات المصرية والمناظر الطبيعية .

معرض ١٠٠ فنانة وفنان

أقيم بالمراى الكبرى بالجزيرة معرض الربيع السنوي لاتحاد خريجي كلية الفنون الجميلة ، اشترك فيه ١٠٠ من الفنانين المصريين بعرض لوحات رائعة عن مصر الحديثة .

دراسات تدريبية

ينظم المعهد العالى للتربية الرياضية للمعلمات دراسات تدريبية في صيف هذا العام بالاسكندرية ويشمل برنامج الدراسة على العاب الميدان والتمرينات الحديثة ، تحت اشراف السيدة نفيسة الغمراوى عميدة المعهد .

دار للحضانة في القرى

افتتح نادى سيدات القاهرة فصل جديد في قرية سنديون لتدريس الحياكة لسيدات وفتيات القرية .

كما سيفتح النادى أيضا دار للحضانة يعتبر الاول من نوعه في الشرق لرعاية اطفال الفلاحين أثناء غياب أمهاتهم في الحقول اذ أن نساء القرية يذهبن الى الحقول لمساعدة أزواجهن ويتركن أطفالهن دون رقابة .

حفلة جمعية رعاية الاحداث

أقامت جمعية رعاية الاحداث التي ترأسها السيدة وصفية شكرى حفلتها السنوية بسينما قصر النيل في الشهر الماضى واحيتها السيدة أم كلثوم العضو في هذه الجمعية التي تعتبر من أهم الجمعيات لتربية النشء الجديد . وقد نجحت الحفلة نجاحا كبيرا .

درجة مدير عام

تم ترقية السيدة زاهية مرزوق مراقبة الشئون الاجتماعية الى درجة مدير عام «ب» وتعيينها مديرة للشئون بالاسكندرية . وبذلك بدأت المرأة المصرية تحتل المناصب والمصالح الحكومية .



مودة القفطان



سبوع المولود الاول .. في البيت الكبير



السيدة ناريمان صادق

ناريمان تنتظر الطلاق

قالت ناريمان لبعض صديقاتها في لبنان ان حكم النفقة الذي صدر لصالحها على زوجها الدكتور النقيب سيحمله على طلاقها

ويصر زوجها على المضي في قضية الطاعة المرفوعة عليها حتى النهاية خصوصا وان حكم النفقة صدر في بلد اخر ولا يمكن تنفيذه الا اذا انتقل هو الى لبنان .



بحث حالات الطلاق

بدأت وزارة الشؤون الاجتماعية في تنفيذ انشاء مكاتب لمعالجة حالات الطلاق وأسبابه . . والتوفيق بين الزوجين . وقد أشارت بنت النيل في عددها الماضي الى هذا المشروع الهام .

في نادي الجزيرة

قرر مجلس ادارة نادي الجزيرة تخفيض قيمة الاشتراك فيه ، كما يبحث المجلس في اجتماعاته القادمة طلبات قبول ٥٠٠ عضو جديد .

المصرية والسياسة . .

نالت الانسة عفاف لطفى السيد كريمة شقيق أستاذ الجيل لطفى السيد ماجستير في العلوم السياسية « بدرجة الدكتوراه » من جامعة كاليفورنيا .

في سباق المانش

غادرت القاهرة على الباخرة نفرتيتي السباحة المصرية المعروفة جابى فينى للاشتراك في عبور المانش هذا العام . .



الانسة كوتر عباس

ومن طريف ما يذكر أن شقيقها السيد حمادة الطرابلسي هو الذي احتفل « بالسبوع » في منزل العائلة بالجيزة .

مولودة

رزقت السيدة سميحة شكرى حرم الاستاذ عماد الدين عبد الحميد رئيس النيابة الادارية للارشاد مولودة سعيدة .

وفاء النيل

تقيم مصلحة السياحة مهرجان كبير في عيد وفاء النيل ، ويضم المهرجان على مجموعة من السفن تسير في مياه النيل تمثل مختلف العصور ، تبدأ من عهد الفراعنة الى وقتنا الحاضر .



الانسة عايدة عبد الحق

كريمة مراقب التعليم

أتمت الانسة عايدة عبد الحق كريمة مراقب التعليم المصرى في السودان دراستها بتفوق . وستسافر مع السيدة والدتها الى الخرطوم في نهاية شهر أغسطس المقبل .

خطبة سعيدة

تمت خطوبة الانسة كوتر عباس كريمة الفنانة السيدة زينب صدقي وهي من طالبات مدرسة الفرنسيين وكان قدمت اليها بعض الهدايا الثمينة من بعض زميلات وزملاء السيدة والدتها .

زفاف سعيد

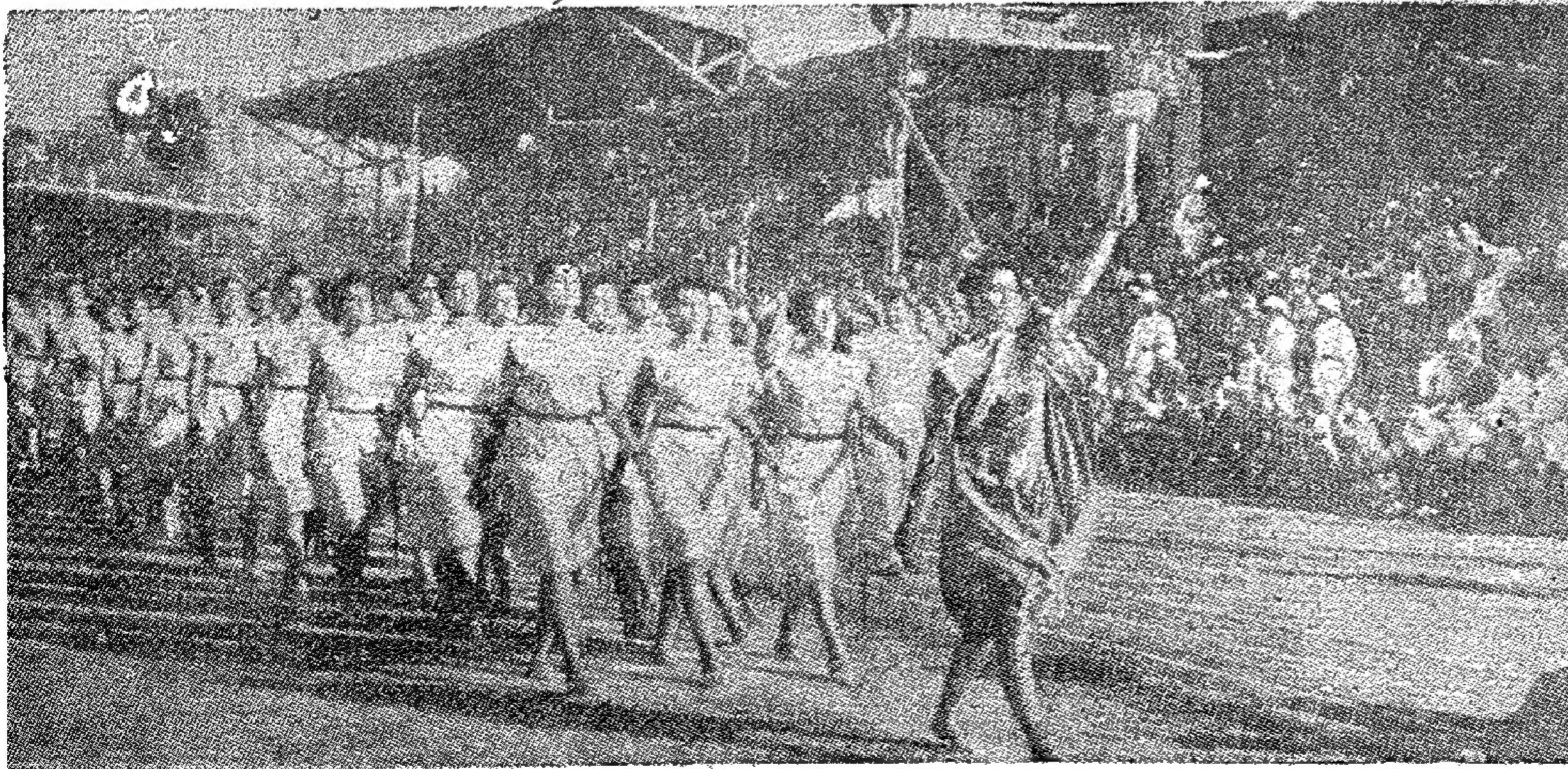
احتفل بزفاف السيد يحيى الدمرداش جبر بصحة طنطا على الانسة رجاء كريمة السيد محمد مصطفى .

قران مبارك

عقد قران الملازم محمد هلال نجل السيد هلال عمر هلال مدير الشرقية على الانسة كريمة عمه في احتفال كبير ضم ال هلال وكثيرا من أصدقاء العائلة بكموم النور .

مولودها الاول

رزقت السيدة فايزة الطرابلسي مولودها الاول ، واشرف على الولادة الدكتور مجدى .



رياضيات مصر في استعراض رائع في حفلات أعياد الجلاء

نساء قصص الشرق

المرأة الاردنية

طالبت المرأة الاردنية بالحقوق السياسية اسوة بزميلاتها في باقي البلاد الشرقية .

ومما يجدر ذكره ان سيدات الاردن عقدن اجتماعاً في خلال الشهر الماضي قررن فيه اعتبار الملكة دينا راعية لحقوق المرأة في الاردن ورفعن لجلالتهن مذكراً بالحقوق التي تطالب بها المرأة الاردنية .

الاميرة عائشة

انفردت « بنت النيل » في عدد يونيو الماضي بخبر نشرته في هذه الصفحة حول زيارة الملك فيصل الثاني لمراكش ، فقالت في ثنايا هذا الخبر ان زيارة الملك كانت خاصة بخطبة جلالت له للأميرة عائشة في الوقت الذي نفت فيه وكالات الانباء العالمية ان هذه الزيارة لا صلة لها بموضوع الخطوبة على الاطلاق .

وبعد انتهاء زيارة الملك لسبوعين نشرت جريدة النصر السورية ان زيارة ملك العراق لمراكش كانت لطلب يد الاميرة وان سموها اعتذرت بأنها تكبر ملك العراق بنحو ستة أعوام وخلصت الجريدة من هذا بأن فكرة الخطوبة عدل عنها نهائياً .

وكما انفردنا بنشر خبر أهداف الزيارة وأنها كانت لخطبة الاميرة نستطيع ان نقول ان ما نشرته جريدة النصر السورية لا يتفق مع الواقع ولا يعنى رفض الاميرة من الزواج من ملك العراق .

الاميرة ليلى المرعبي

وفي الشهر الماضي سافرت الى لندن الاميرة ليلى المرعبي مع زوجها الامير عبد الله الجابر ال صباح وزير المعارف والاوقاف والمحاكم بالكويت .

وقد احتفلت الكويت بتوديعهما عند مغادرتهم القصر الأخضر في الكويت احتفالاً كبيراً وفرشت الارض بالسجاد الفاخر من القصر الى المطار لتعبر عليه سيارتهما .

وكانت الاميرة عند سفرها تضع على وجهها نقاباً خفيفاً من الجورجيت كعادة سيدات الكويت في ضرورة تغطية الوجه . وعند مغادرة الطائرة رفعت الاميرة النقاب عن وجهها .

واقام الامير والاميرة في بيروت عدة ايام في قصرهما الفاخر بها وزار خلال اقامتهما هناك بعض المعارف والاصدقاء . ثم غادرا بيروت على الباخرة « أنوتريا » ووصلا الى

الاسكندرية في منتصف الشهر الماضي حيث اقام بالاسكندرية يومين ثم غادراها على الباخرة الى أوروبا للقيام برحلة في ايطاليا وسويسرا وباريس الى أن يحين موعد زيارة الامير الرسمية الى لندن فيتوجهان اليها بالقطار ثم يعودان الى باريس لقضاء بقية فصل الصيف فيها .

ومما يذكر ان الاميرة عند نزولها الى الاسكندرية كانت تلبس في يدها سواراً من الذهب المرصع بالماس لا يقل ثمنه عن ١٥ ألف جنيه كما كانت تزين عنقها بعقد من اللؤلؤ النادر الثمين ، وكانت سكرتيرة الاميرة ليلى عسيان المرافقة لها في رحلتها تحمل في يدها لفافة لا تتركها وكانت هذه اللفافة تضم جميع حلى الاميرة التي يزيد ثمنها عن نصف مليون من الجنيهات والتي أخذتها معها في رحلتها .

عودة الى الوطن

سافرت أخيراً الى عمان زوجة عبد الله التل الضابط السابق بالجيش الاردني ، بعد أن ظلت بعيدة عن وطنها سبع سنوات بجوار زوجها بالقاهرة اذ أمضى هذه المدة بمصر لاجئاً سياسياً .



الملكة دينا



الاميرة عائشة



الاميرة ليلى المرعبي

أُمَّاهُ نَسْ يَعد نَسْ نَاحِذَانَسْ

كان زمان اذا تركت البنت المدرسة للزواج او لسبب اخر ترى من العيب ان تعود مرة أخرى للتملذة أو المذاكرة من جديد
ولكن سيداتنا المتحضرات ضربن بهذه الخرافة عرض الحائط وأقبلن على التملذة بشغف وهن الآن يذاكرن لدخول الامتحان ويسهرن الليل استعداداً له وتروى مندوبة مجلة بنت النيل في هذا التحقيق الصحفي معهن الكثير من الطرائف في حياتهن بين التملذة والبيت والامومة

- هو شكسبير لطيف لطيف ،
ويوليوس قيصر المقررة علينا من
رواياته الحلوة ، لكن الى تاعيننا
تيسون وأشعاره .

هكذا أجابتني السيدة راجية
حمزة قرينة الاستاذ محمد عبد
القادر حمزه صاحب البلاغ .
عندما زرتها مع عدسة بنت النيل
في الدهبية الكبيرة الانيقة « أمون
رع » التي تقيم بها على شاطئ
النيل في العجوزة . وكانت منهمكة
في « المذاكرة » استعداداً لاداء
امتحان « الماتريكيوليشان » .

وراجية حمزه واحدة من مجموعة
من سيدات المجتمع ضربن مثلاً
حياً لكفاح المرأة المصرية ، اذ لم
يحل بينهن وبين المضي في طلب
العلم انهن أصبحن ربات بيوت
وامهات صاحبات مسئوليات ومتاعب
وامهات .

والمنافسة بين الامهات والابناء
في « المذاكرة » تحفز الفريقين
للاجتهاد ، وتحفز الامهات أكثر
خوفاً من شماعة الجيل الجديد
الخبيث . فمثلاً لراجية حمزه ولدان
« عبد القادر » الطالب في الكلية
الحربية و « حسن » الطالب
بالشهادة الإعدادية ، وكثيراً ما
جمعت مائدة المذاكرة الثلاثة معاً .
ولما لم أجدهما في الدهبية سألت
والدتهما عنهما ، فأجابت في غيظ
لطيف :

خرجوا يتفصحوا ، يا بختهم
خلصوا الامتحان .



فصل من الامهات الطالبات يذاكرن دروسهن
في دهبية السيدة راجية حمزة حرم الاستاذ محمد عبد القادر حمزة



راجية حمزه تلميذة مجدة منهمكة في تلخيص رواية يوليوس قيصر

أما السيد « حسناء نجار » فقد قالت لي :

- لحسن الحظ ان ابني « طاهر » له صغير ، عنده ٦ سنين ويادوبك في أول الدراسة في مدرسة مسز وودلي .. يعني ما بيدكرش خالص ..

أما السيدة الفاضلة حرم الاستاذ زكريا ، لطفى مدير ادارة رعاية الشباب بوزارة التربية والتعليم فقالت :

- الحمد لله ما عنديش اولاد علشان ما تبقاش فيه منافسة ، يعني ما فيش تلامذة في البيت غيري

وضحكت « السيدة هدى شكرى » حرم المهندس مصطفى شكرى وهي تقول لي :

- والله كويس لما يكون في البيت اولاد بتذاكر علشان يونسنا ولما نتزق في كلمة صعبة نسألهم عليها ، ولو ان بنتى ناهد التلميذة في مدرسة سانت كلير له صغيره عندها ١١ سنة ، وهي اللى بتسألنى ، حتى اسألوها ان ماكتوش مصدقين ..

وقالت « السيدة بلقيس وهبي » حرم السيد محمد وهبي من أعيان دمنهور :

- أنا عندي بنت « ايناس » وولد « أمين » البنت عندها ٧ سنين والولد عنده ٩ سنين ، والاثنين في مدرسة الفرائسيكان .. ولطيف قوئى انهم هم اللى يقولوا لي « ياالله ياامامى نذاكر

الامتحان ويكتب لها النجاح ، وهذه الهدية « صينية بسبوسة » وصينية « كل واشكر » فهي صاحبة شهرة مدوية في المجتمع في صنعها

الامتحان وتنجحى ابقى اروح معاكى السينما زى ما انتى عايزة .. ووعدتنا الانسة انعام خليل بهديه حلوة عندما تظهر نتيجة

بقى» فاذا ما قلت لهما اى حجة لا يتسامحان فيها أبدا ، واذا ما دعوتهما للسينما قالت لي ايناس « بلاش لعب ياامامى ، لما تخلصى



بروفة في الاملاء بين راجية حمزه وبلقيس وهبي



الضحك على شكسبير بين نزيهة نعمان وبهيجة نجيب وانعام خليل



هدى شكرى .. تقارن وتفكر وتلخص

ودراستهن الحاضرة فى الادب
حيث يدرس بوليسوس قيصر
لشكبير ، وبينسون الشاعر
الانجليزى العملاق ، دراسة واسعة
متعمقة . ويدررس التلخيص ،
واللغة الانجليزية مع التعمق ،
وسيمتحن فى المعلومات العامة ،
كما سيكتب موضوعا انشائيا من
٦٠٠ كلمة فى موضوع عام يشغل
الاذهان . ويمتحن كذلك فى
الترجمة من اللغة الانجليزية الى
العربية ومن اللغة العربية الى
الانجليزية ، والتاريخ والجغرافيا
.. وعدا الامتحان التحريرى
عندمن امتحان شفهي فى اللغة
والقراءة . واذا يحصلن على
« الماتريكوليشان » من حقهن ان
يلتحقن بالجامعات المصرية ، دون
معادلة .

وكلهن لا يهدفن الى وظيفة او اى
عمل من وراء دراستهن هذه ، انما
كل هدفن ان يثبتن ان المرأة
المصرية لا تحترف التعليم وانما
تهواه ، وانها اذا ما ارادت فعلت .
انه مثل حى جميل لكفاح المرأة
المصرية ، وبنت النيل رسالتها
الاولى تأييد هذا الكفاح والمضى
فيه ..

.. ونحن نعو الله لها بالنجاح
من اعماق قلوبنا ، لتاكل ونشكر .
وسألنا الانسة بهيجة نجيب :
- وانت الهست لنا هدية منك
لأجابت باسمه :
- انا ما اعرفش غير انى افصل
فساتين .

والفساتين مشكلة ، لما تنجح
نختار الفستان الذى يناسب اخر
مودة

والانسة نزيهة نعمان تشكو من
الصعوبة التى تصادفها فى الدراسة
الانجليزية بسبب ان دراستها
السابقة كانت فرنسية بحثة .

وتزعم راجية حمزه اذ تقول :
- العائلة كلها عندنا مجتهدة ..
اخويا اللواء حسن رجب الذى عين
اول سفير لمصر فى الصين الشعبية
لازم ح : يتعلم صينى .. ويتكلم
صينى ..

وتضحك وهى تضيف :

- ولو صينى مكسر .

وكلهن مردن بمرحلة ما بين سنة
وأربع قضينها فى اعادة اللغة
الانجليزية والتهيؤ لدراسة الادب
الانجليزى ، كل حسب استعدادها
واجتهادها ، وحصلن على شهادة
اتمام الدراسة فى اللغة



جسناه نجار تالها فى القاموس



فنجان لهوه يعدل الدماغ تتناوله الطالبتان انعام خليل وبهيجة نجيب



شركة هورج مابفا - خلف شيكوبول
سينما متربول - القاهرة

كوبون قيمة ٣٥ قرشا

قدمي هذا الكوبون

لمحلات «ال»

تحصلين على تخفيض بقيمة

من المجموعات المنشورة على هذه الصفحة

يصل بهذا الكوبون من ١ إلى ٢٠ يوليو

هيا بنت النيل لقائنا

ايتها القارية العزيزة :

لقد اختارت بنت النيل للحج المجموعات الآتية من
محلات «ال» الشهيرة للأزياء والتجميل
شركة هورج مابفا - خلف شيكوبول بمبنى سينما متربول بالقاهرة

ادفعي هنيرا واحدًا : واشترى ما قيمته ١٣٥ قرشًا من المجموعات الآتية

المجموعة الاولى :

عدد	
٢	شراب حريمي فوق دوز
١	احمر شفاه ماكس فاكتر فولي دزو

التمن
١٠٦ قرشا
٢٩ قرشا

١٣٥ ادفعي ١٠٠ قرشا + الكوبون

المجموعة الثانية :

عدد	
٢	شراب حريمي سميراميس
١	زجاجة كولونيا نصف لتر ماريز

٩٠ قرشا
٤٥ قرشا

١٣٥ ادفعي ١٠٠ قرشا + الكوبون

المجموعة الثالثة :

عدد	
٢	شراب حريمي شسترفيله
١	علبة بودرة ماكس فاكتر

١١٠ قرشا
٣٦ قرشا

١٣٦ ادفعي ١٠٠ قرشا + الكوبون

المجموعة الرابعة :

عدد	
٢	شراب حريمي فيليه غير قابيل للتنسيل
١	زجاجة شامبو هيلين كيرتس

١١٠ قرشا
٢٥ قرشا

١٣٥ ادفعي ١٠٠ قرشا + الكوبون

المجموعة الخامسة :

عدد	
١	زجاجة كولونيا لتر ماركة دوشيس
١	بونية كاوتش للحمام

١١٠ قرشا
٢٥ قرشا

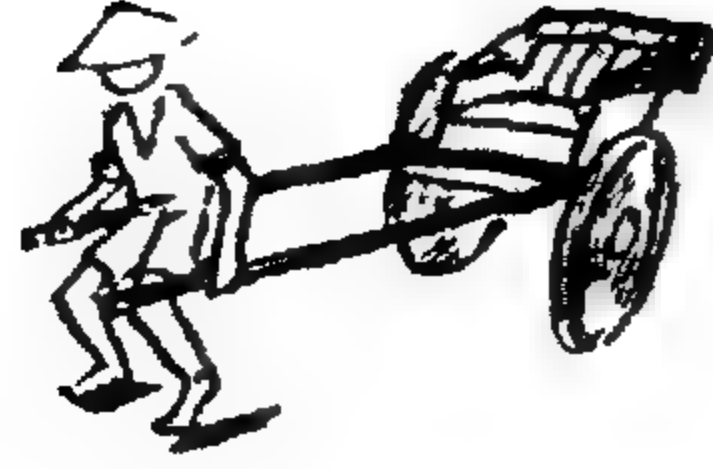
١٣٥ ادفعي ١٠٠ قرشا + الكوبون

المجموعة السادسة :

عدد	
٢	شراب حريمي باريس
١	كريم ماكس فاكتر
١	بالك ستيك

٧٠ قرشا
٤٢ قرشا
٢٢ قرشا

١٣٤ ادفعي ١٠٠ قرشا + الكوبون



امتنى معلوماتك الترويجية
١ - ما اسم الحلف العسكري الذي انشأه الامريكان في جنوب شرقى آسيا لمقاومة الصين الشعبية ؟
أ - حلف مانيل
ب - حلف كراتنى
ج - حلف فورمورا

٢ - ما اسم العربات التى تشبه عربات الحنطور بمصر والتى يجرها الانسان بدلا من الحيوان فى مستعمرة هونج كونج البريطانية ؟
أ - البولوك
ب - الريك
ج - الكارته

٣ - تدفع المرأة المسلمة مهرا للرجل الذى يقدم للزواج منها فى أى بلد من هذه البلاد ؟
أ - بورما
ب - الباكستان
ج - سيلان

حقيقة الحياة

الزمن وكلما مرت الايام على الزواج .. والواقع ان هذا الذى يشكو منه الأزواج أو الزوجات ليس جزرا ان صح هذا التعبير ولكنه يعتبر نوعا من الملل والسأم مركب فى طبيعة الانسان ويظهر دائما اذا استمر يحيا حياة رتيبة ليس فيها تغيير أو تبديل .
وبما أن الحياة الزوجية المثلى لا تحتل التغيير

تتسم العلاقات الزوجية عادة بين أى انسان وانسانة فى بدايتها بالقوة ، بالقوة فى العاطفة والانسجام والتوافق لدرجة ان الفترة الاولى فى أى زيجة تمر كالحلم على العروس والعريس على حد سواء .
على أن الكثيرين من الجنسين سرعان ما يشكون من موجة الجور تنتاب العلاقات الزوجية كلما تقدم

والتبديل بمعنى أنه ليس فى الامكان ان يأتى الرجل بامرأة غير امرأته بين الفينة والفينة كما أنه ليس بامكان السيدة أن تأتى برجل غير رجلها من وقت لآخر فلا بد من حل لهذا الملل والسأم ..

ان فيض الحب الذى يسيطر على العلاقات الزوجية فى بدايتها سرعان ما ينحسر ويتحول الى نوع هادى من الصداقة والالفة تدعمهما المصالح المشتركة والمسئولية المزدوجة .

وعلى هذا يجب عليك يا سيدتى وعليك يا سيدى ان تفهما هذه الحقيقة وأن تعملوا على تدعيم حياتكما الجديدة ان كنتم جديدين فى ميدان الحياة الزوجية بتغيير بسيط من وقت لآخر فى الميدان الذى تمارسان فيه حياتكما المشتركة .

ماذا يمنعكما من أن تذهبا فى يوم اجازتكما الاسبوعية الى ضاحية من ضواحي المدينة أو الى الريف أو احدى الحدائق العامة لقضاء يوم بأكمله هناك .. ان تغيير الاطار الذى يضمكما سويا من وقت لآخر عامل هام جدا لتدعيم سعادتكما ..

ستأتيكما اطياف الايام الجميلة التى أمضيتها فى فترة الخطوبة أو شهر العسل فى مثل هذه الرحلات القصيرة السريعة .. وسترجعان سويا الى عشكما والسعادة تظللكما ، والحب القوي يعمر قلبكما وهكذا تتدعم شركتكما وتتأكد علاقتهما المقدسة .
وكلمة أخرى أوجهها لكل سيدة من سيداتنا هي أنه لا يضايق الرجل شيء من المرأة قدر رغبتها فى مناقشته فى كل صغيرة وكبيرة تعترض حياتهما ..

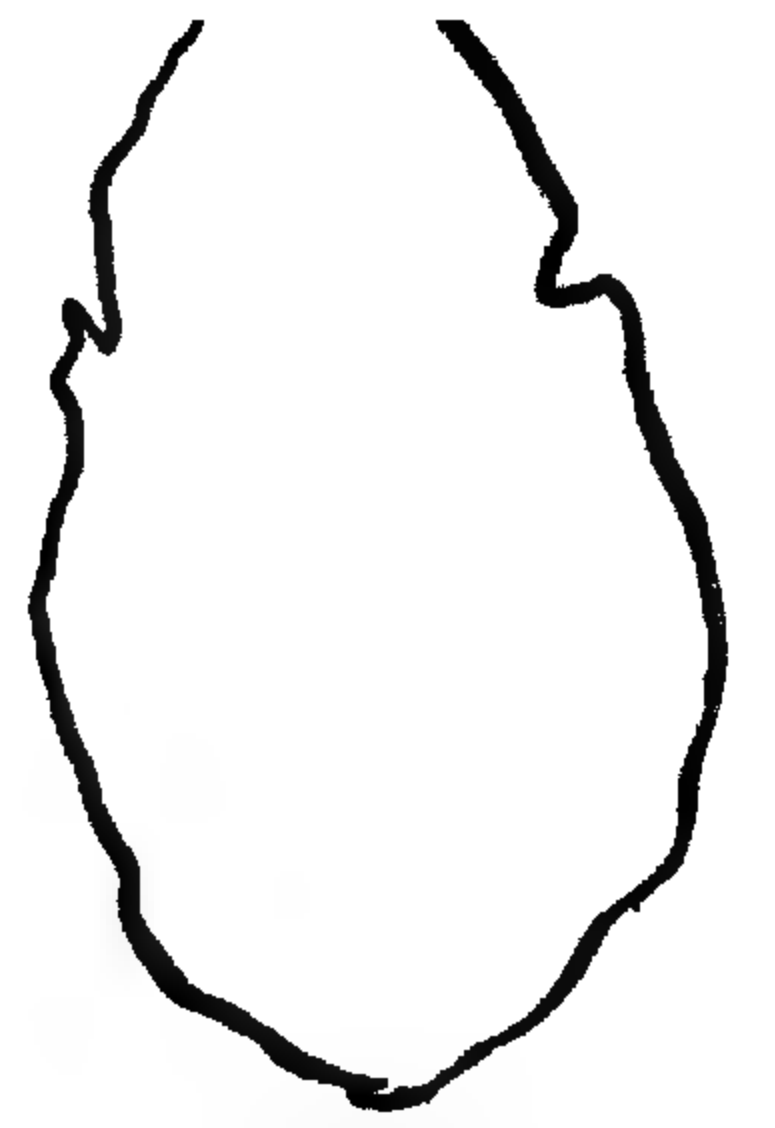
فحذار من الدخول معه فى نقاش مستمر .. واقتصرى بقدر الامكان فى عرض مشاكلك عليه وحاولي أن تحلها دون علمه .

ان الرجل لا يطلب من المرأة سوى ان تهيب له الجو الذى يستطيع ان ينسى فيه عمله ومتاعبه العامة ولذا فلا داعي لان تشغليه بخلق متاعب خاصة له ..

وقد عرفت سيدة تحب زوجها حبا جما وكل همها فى الحياة ان تراه راضيا عنها وبالتالى عن نفسه .. ولكنها رغم ذلك فشلت فى الوصول الى هدفها ..



انت في حافة الحماينة
الخطاطة الثالثة



٥ - تتركز الديانة البوذية في
بلدين من بلاد الشرق الأقصى في
الوقت الحاضر ٠٠ في أي البلاد
تتركز هذه الديانة ؟
١ - بورما ب - سيلان
ج - الهند
الاجابة الصحيحة على ص ٨٢

٤ - ما اسم المدينة التي دفن
بها المرحوم محمود فهمي (باشا)
أحد زعماء الثورة العربية في
المنفى بجزيرة سيلان ؟
١ - كولومبو
ب - كادي
ج - جافنا

ومتى ستعود؟ ومن ستقابل؟
ولماذا ستقابل هذا الشخص
او ذاك ؟ فقد ضج الرجل
من فضولها، وأعلن بعصا
ان هذا الفضول معناه انه
غير حر في تصرفاته ، وانه
تحت المراقبة وموصوع
للسك ..

وأخيرا ان الحياة الزوجية
تبدو عبئا ثقيلا ما كان
أغناه عنه ..

والامثلة كثيرة وكثيرة
جدا يا سيدتي ..

وكلها تدعو الى عدم
الالاحاح أو التكلم فيما لا
يهمك حتى ولو مزقك
الفضول وحرقت اعصابك ..

ان عش الزوجية افضل
مكان تمارسين فيه سعادتك
وتحققين فيه سعادة زوجك
وأولادك ... ولكن بشرط
أن تعمل على خلق الجو
المناسب لذلك ..

فالمشكلة في الواقع هي
مشكلة الفهم الواسع
والتقدير الواعي لحقيقة
الحياة المشتركة بين الزوج
وزوجته .. فمتى وصلت
الى هذا الفهم والتقدير
.. تحققت لك السعادة ..

١ خ

هل تعرفين السبب ؟
كانت تأتيه كل صباح
لتسأله : ماذا نطبخ اليوم ؟
هل تحب الضوالة أم الارز
المفلفل أم الباذنجان ؟

وكان في البداية يجيب
عليها لاعتقاده أنها تريد ان
تعرف أي الاطعمة يفضل،
ولكن لما وجدها تعودت على
ذلك أبدى تبرمه وعدم
رضاه عن طريقتهما وأفهمها
اكثر من مرة ان عليها
اكتشاف ذوقه ورغباته في
الطعام وغير الطعام بمجرد
ملاحظته ودون سؤاله
بانتظام عن أي الاطعمة
يفضل ..

وقال لها بالكلمة الواحدة:
اننى غير مستعد لان اشغل
فكرى في هل من المستحسن
أن آكل ضوالة أم أرز مفلفل
أم باذنجان لان هذا ليس
عملى ! ..

أعرف سيدة أخرى لا
تقل عن سابقتها حرصا على
محبة زوجها ورضاء ولكنها
لم تستطع ان تصل الى
هدفها لسبب اخر هو أنها
كانت تلح في سؤال زوجها
كل يوم : أين ستذهب ؟

للجرح

أو الخدش

الذى قد

يقتضيه

ديتول

المطهر العصري

تنظيف . مأمون . مبيد
للجراثيم . لا يؤلم . لا يبقع



توحيد العمل بين الحكومات المنظمة الى الهيئة لرفع مستوى التغذية والعمل على زيادة انتاج الحاصلات الزراعية وتوفير المنتجات الغذائية للطبقات الفقيرة والعمال وسكان الريف

ان الجهل بعلم التغذية يؤدي الى الامراض المترتبة عن الاسراف في الطعام الضار واهمال الطعام المفيد



النافع الذي لا يكون عبثا على الجسم ويرهق جميع اعضائه كما هو حاصل بين اغنيائنا المصابين بمرض الاكل والمريض بالكبد والمرارة والكلى والقلب والشرابين والمعدة والامعاء

ويتسبب ذلك عن الاسراف في طهي طعامنا بالسمن الذي هو عبارة عن مواد دهنية فقط : واننى اكرر هنا بذلك الخصوص عدم الالتجاء الى مواد دهنية اخرى تاتي من الخارج بل الاقلال ما امكن من السمن البلدى افيد والطهى ما امكن بالزبدة اكثر فائدة واما السمن والشحم الذى يردنا من الخارج فهذا غير موثوق به من انه سمن وكذلك النباتات التى يشكو منه كل من استعمله من غازات وحموضة المعدة الشديدة

ويجب الاكثار من الخضروات الطازجة والفاكهة لان المادة الخضراء فى النبات لها فوائد جمة فى المحافظة على الخلايا من المكروبات عدا فائدتها للامعاء وغيرها من الاعضاء

اما الخبز الابيض فانه مجرد مواد نشوية بعد نزع قشوره التى تحوى الاملاح والفيتامين ويجب على



من يستعملون الخبز الابيض ان يعضوا ما فاتهم من غذائه بأن يستعملوا بلبلة القمح مع اللبن والفريك

واننى انصح لربات البيوت بمطالعة الكتب التى تظهر وتبحث فى هذا الباب فى الاغذية والفيتامينات والكتب المترجمة من الانجليزية الى العربية وهى تباع فى المكتبات وبائمان زهيدة فهذه ذخيرة نافعة وحيوية للسيدات تسد بها وقت الفراغ .. وغالبا ما تحولها الى سد نقص فى بيوتنا والاستغناء عن الطب والدواء فتصبح سيدة المنزل هى «الطبيب المداوى»
دكتور عبدلى اباظه

نار ، ثم تنوع تلك الاغذية بحيث يستمد الجسم جميع العناصر التى يحتاج اليها فى نموه وبنائه وقوته ونشاطه اذا كان هذا النشاط جسمانيا أو عقليا .. أو الاثنين معا ونذكر هنا على سبيل الاجمال مثلا مصغرا لما يلزم الجسم وباختصار حتى يمكن متابعة دراسة هذه الاغذية تفصيلا :

العناصر الخمسة اللازمة لجسم الانسان خلاف الماء هى ما يأتى :

١ - المواد الكربوهيدراتية : لتوليد الطاقة الحرارية

٢ - المواد البروتينية : لتجديد خلايا خلايا الجسم

٣ - المواد الدهنية : لتوليد الطاقة والحرارة

٤ - المواد الاملاح : لبناء العظم والاسنان

٥ - المواد الفيتامينات : لحفظ الصحة العامة والوقاية من الامراض

اما المواد الكربوهيدراتية : فتوجد فى الاغذية الاتية : الخبز والارز والبسكوت ، والمواد السكرية ويوجد البروتين فى : انواع السمك واللحوم والطيور والكبد والكلى والبيض والجبن والبقول كالعدس والفول والفاصوليا والحمص وكذلك فى البندق والجوز واللوز

المواد الدهنية توجد فى : شحم الحيوان والزبدة والقشدة والزيت النباتية



الاملاح المعدنية التى هى : الكالسيوم والحديد والماجنسيوم والفسفور واليود والكلر والكبريت وهى توجد فى اللحوم والحبوب والبقول واللبن وفى معظم الخضروات كالكرنب والسبانخ والبسلة والقريبط وفى الفاكهة

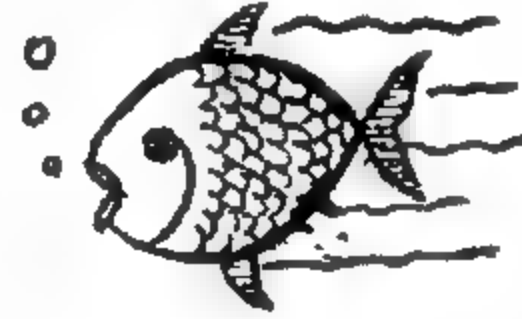
والفيتامينات ولم تدرك قيمتها الا منذ نصف قرن توجد باسم فيتامين ا، ب، ج، هـ : وتوجد فى القشدة واللبن والكبد وصفار البيض والجوز والشمس والخوخ والطماطم والمنجة والبطيخ وكذلك فى نخالة الحبوب والفاكهة الطازجة ولما كانت التغذية من الاهمية الحيوية لجميع الاحياء من انسان وحيوان : فقد انشئت مؤسسة دولية للتغذية فى اكتوبر سنة ١٩٤٥ وكانت اولى المؤسسات الدائمة التى انشأتها هيئة الامم المتحدة عقب انتهاء الحرب العالمية الاخيرة ، والغرض من هذه المؤسسة



طعامنا في الصيف

للدكتور عبدلى اباظه

خصوصا الاطفال تغذية صحيحة صحية .. وعلى هذا فتأتى خطورة هذه المسئولية فى الدرجة الثانية بعد التغذية الروحية والعقلية التى تتولاها الام المثالية التى تريد ان تؤدى الى وطنها اجل الخدمات واخطرها شانا بعد هذه المقدمة نعرض الى ما يجب حيال هذه الاغذية من تطهير



وطهى واعداد - المعروف ان الامراض البوائية تكثر فى فصل الصيف وتنتشر بسرعة فيجب غسل الخضروات جيدا خصوصا تلك التى لا تطهى اى التى تعد للسلطة - وكذلك فان طهى الطعام له فن خاص به حتى لا تلتف الفيتامينات التى يحتوى عليها والتى هى العناصر الاساسى للتغذية ووقاية الجسم من الامراض - واما اعداد الطعام وتقديره فهذا فن يجب ان يدرس جيدا من حيث لزوم الجسم الى مختلف العناصر من فيتامينات واملاح وعناصر الخضروات الطازجة التى تعد بدون

علم الاغذية من اهم العلوم التى يجب ان يلم بها كل انسان حتى يتعرف على الضار منها والنافع والضرورى وغير الضرورى هذا من جهة النوع اما الكمية فهى علة العلة التى اوصى بتنظيمها النبى عليه الصلاة والسلام بان بين ضرر الاسراف فيها بقوله «ما ملا ابن آدم وعاء شرا من بطنه» وبين كذلك اسس الصحة العامة فى الغذاء قائلا «نحن قوم لا ناكل حتى نجوع واذا اكلنا لا نشبع» وهذه حكمة بالغة الفائدة صارت اساسا للطب الوقائى الحديث

وان من اوجب الواجبات على السيدات ان يكن ملهمات بهذا



العلم الخطير لانهن الشرفات المباشرات والسيطرات على هذا الفن فى المنزل وعليهن يقع العبء الاكبر فى تغذية جميع افراد المنزل

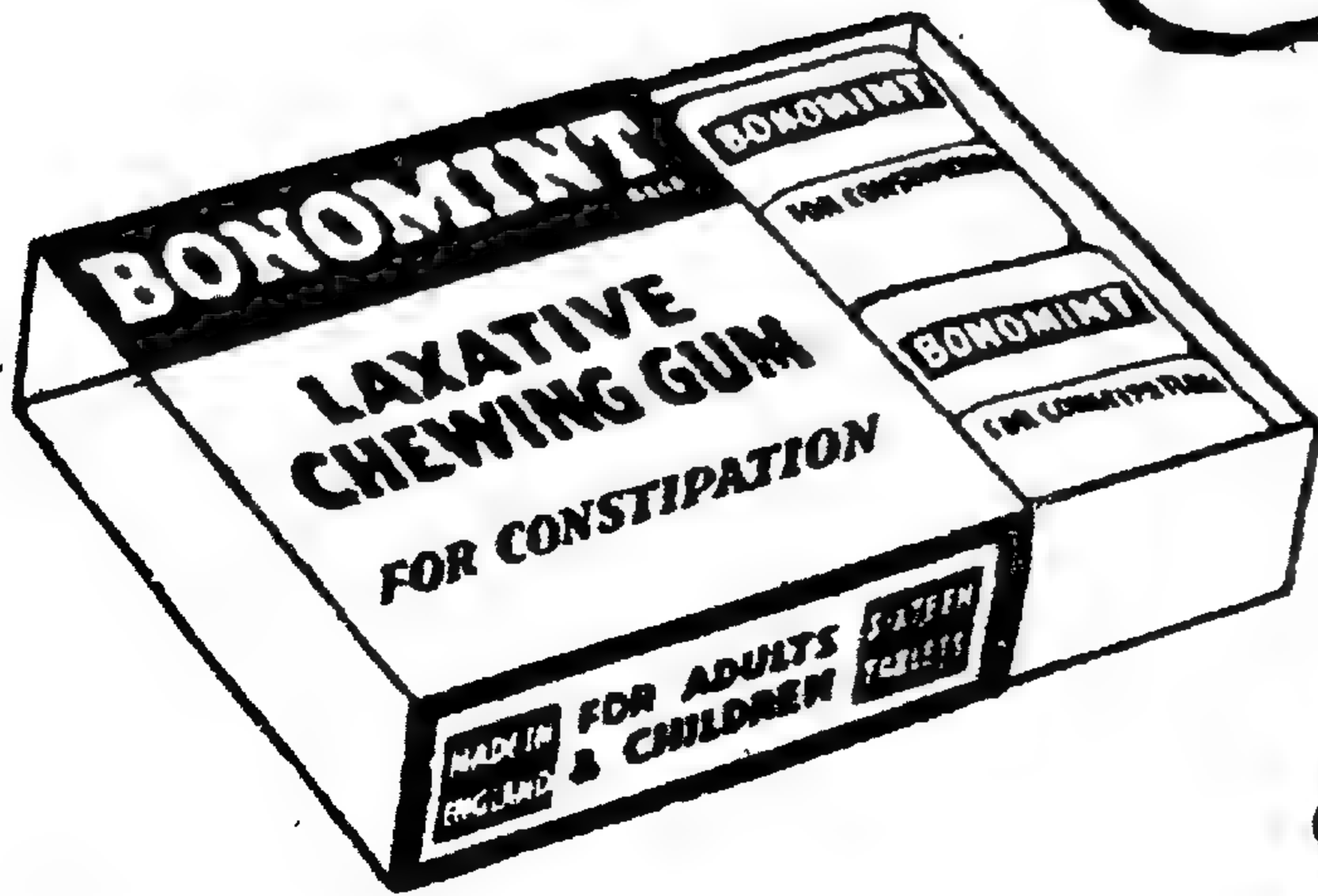


القاهرة : ميدان سليمان باشا رقم ٢ تلفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ١٥ - ٢٥
الاسكندرية : شارع شريف رقم ٢٢ تلفون ٢٣٩٢٩ جميع كتابه السابعة المصنفة



في ليالك واحدة...
تخلصين من الإمساك باللبان الملين

بونومنت



انك تمضين بونومنت مثل اللبان العادي.
فتشعرين بطعم النعناع النفس في فمك.
وأثناء المضغ تمضين العناصر الملية الموجودة
فيه من اللعاب. وبذلك تخلصك من
الإمساك بطريقة طبيعية للغاية..
إنه الملين المفضل لدى الصغار والكبار.

بونومنت

اللبان الملين ذو النكهة المنعشة



- المرأة مع الرجل في بناء الوطن جنبا الى جنب

من العمر ووالدي كل يوم تحدثني في هذا الامر وتنصحنى بقبول الزوج اللائق اذ انه ان عاجلا او اجلا سيأخذ الاب ابنته عندما تبلغ التاسعة من عمرها وسأكون حينئذ وحيدة وقد ضيعت مستقبل أما لو تزوجت فساكون في كنف رجل وأما لاولاد آخرين ينسوننى فشل فى زواجى الاول وانها ، اى امى، لن تدوم لى فقد أصبحت متقدمة فى السن وربما ناداها الله لجواره من لحظة لآخرى فماذا يكون مصيرى بعدما وليس لى أخوة ولا أقارب مقربون . اننى بين كل هذه الامور اشعر انى فى دوامة فيماذا تنصحيننى ؟

ف. ل. د. دمياط

ج - والدتك على حق ياسيدتى اذا كان امتناعك عن الزواج هو بسبب ابتكك وعلى العموم بزواجك ستنتقل الحضانة الى امك فلن تحرمى من ابتكك والله تعالى كريم فادد على اطالة عمر والدتك لترعاك وترعى ابتكك وبهذه المناسبة اعرفك انه يمكن مد فترة حضانتك لابتكك او حضانة والدتك لها حتى سن الحادية عشرة اذا اثبت ان انتقالها لوالدها فيه اذى لها .

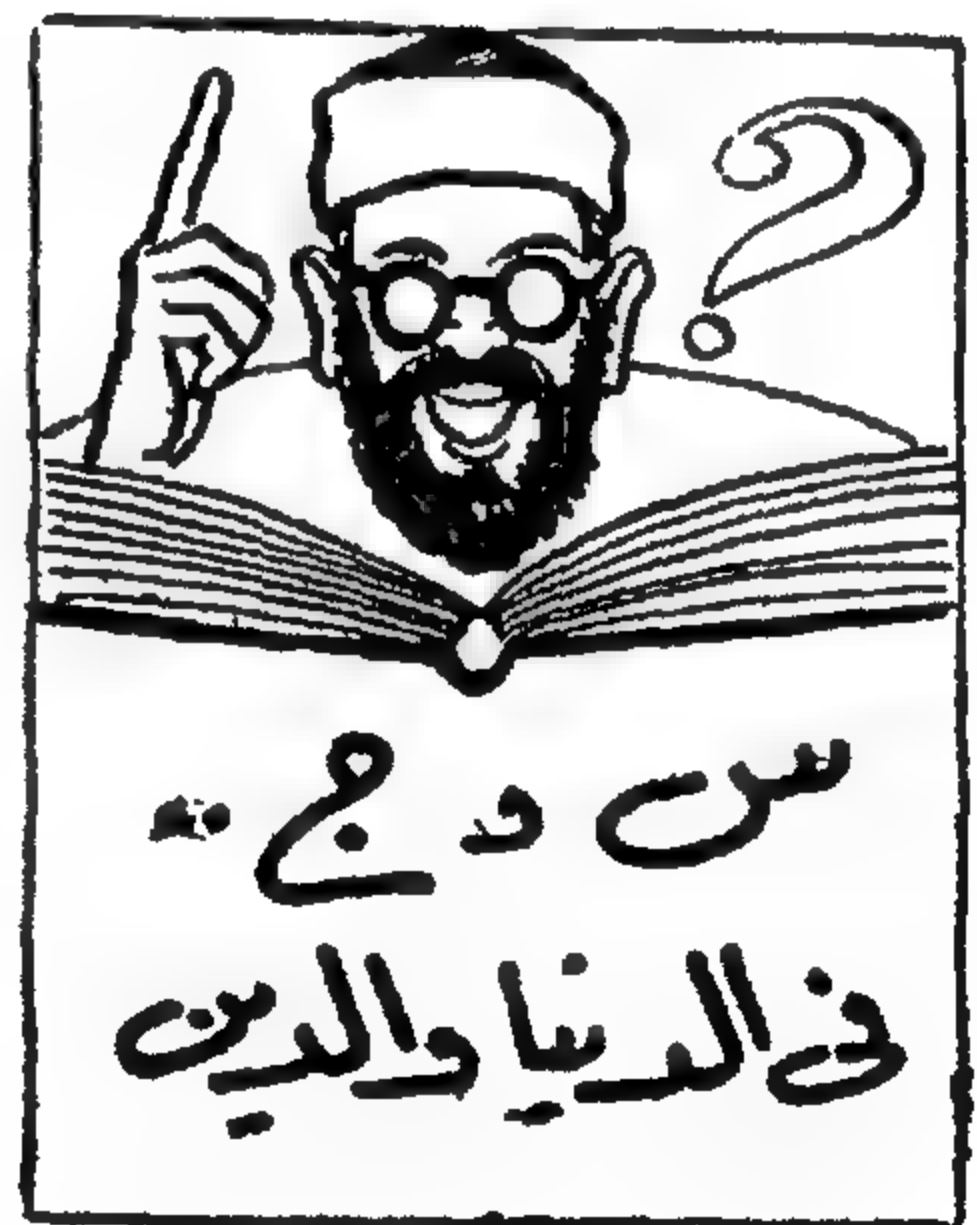
الزوجية ولكن لاكتساب الجنسية المصرية حتى يتمكن من البقاء فى القطر المصرى كمصريات لا يمكن ابعادهن ومنعا لهذا التحايل استلزم قانون الجنسية الجديد للتي تزوجت فى ظله ، ان تبدى الاجنبية رغبتها فى الدخول فى جنسية زوجها المصرية وان تستمر العلاقة الزوجية قائمة بينهما مدة عامين من تاريخ ابداء الرغبة وتصبح مصرية الجنسية بعدها واذا رأت الحكومة ان الزوجية وهمية والمقصود منها اكتساب الجنسية فقط رفضت اعطاها الجنسية المصرية . اما اختك فقد أصبحت مصرية بمجرد تجنس زوجها لان اكتساب الاجنبى للجنسية المصرية يشمل زوجته واولاده القصر ، فيادرى بتقديم طلب رغبتك فى الدخول فى جنسية زوجك المصرية لوزارة الداخلية وبعد عامين ان شاء الله تصبحين مصرية وتسافرين ياسيدتى بجواز سفر مصرى .

س - طلقنى زوجى منذ ثلاث سنوات وتزوج من غيرى وقد تقدم الى عدة عرسان من هذا التاريخ ولكنى رفضتهم جميعا حتى لا يأخذ زوجى منى ابنتا البالغة سنوات

اننى اشك فى ذلك اذ ان جارتى عراقية الاصل واخبرتني انها تزوجت منذ ١٠ سنوات من مهندس مصرى وقد استخرجت جواز سفر مصرى من القنصلية المصرية بالعراق بعد عقد قرانها بيومين وقبل حضورها لمصر فلماذا هذا الاستثناء؟ كما ان شقيقتى الصغرى تزوجت من ابن عمى وقد حصل أخيرا على الجنسية المصرية من شهر ومع ذلك فقد منحت أختى جواز سفر مصرى وسافرت فكيف تصبح مصرية رغم ان زوجها كان من قبل شهر اجنبيا وكيف انا زوجى مصرى أصلى ومع ذلك ما زلت سورية ؟؟ يعاملوننى هذه المعاملة ؟؟

ص. ع. الاسكندرية

ج - زواج جارتك تم منذ عشر سنوات أى فى ظل قانون الجنسية الصادر سنة ١٩٢٩ وكان يقضى باكتساب الاجنبية التى تتزوج من مصرى الجنسية المصرية بمجرد الزواج ولا تفقدها اذا طلقت أو مات زوجها الا اذا استردت جنسيتها او تجنست بجنسية اجنبية او اقامت فى بلدها . وعلى هذا الاساس كانت بعض السيدات يعقدن قرانهن على مصريين لا يقصد الحيصة



س - اننى سورية ولدت بالاسكندرية ومقيمة بها وقد تزوجت منذ عام بشاب مصرى اى اننى أصبحت مصرية مثله ولكن عندما اردت استخراج جواز سفر للذهاب لسوريا لزيارة أهلى رفضت وزارة الداخلية منحى جواز سفر لاننى على حد قولهم ما زلت سورية رغم وجودى بمصر من زمن ورغم زواجى من مصرى وأنه لا يمكننى السفر بجواز سفر سورى واننى لحصولى على جنسية زوجى المصرى لا بد من توافر شروط خاصة غير متوفرة لدى فهل هذا صحيح؟

كل شيء عن الانكيت

كيف تستقبلين زائرا لا تعرفينه؟

أرسلت لي قارئة تسألني عن الطريقة التي تستقبل بها زائرا لا تعرفه . وقد أوضحت لي أن هناك آليات



أو سيدات يطفن بالبيوت ليعرضن سلعة جديدة على ربات المنازل .

وأبادر فأقول لهذه القارئة ولغيرها من القارئات أن الابتسامة الحلوة ورد التحية لا تعنيان أنك لا تمنعي في الشراء . أما ان كنت وحيدة في شقتك وتخشين أن تكون الزائرة إحدى المحتالات فاعتذري لها وهي بالباب بأنك مضطرة الى النزول وأنك متأسفة من عدم استطاعتك استقبالها والتحدث معها فيما جاءت من أجله . وان كنت في المنزل بصحبة غيرك فيمكنك

استقبالها ان كان لديك فسحة من الوقت . ولكن لا تورطى نفسك في شراء أشياء تعلمين مقدما أن ميزانية منزل لا تتحملها . أرفضى الشراء بلطف قولي للبااعة ان ميزانيتك لا تسمح بذلك . وان أغضرتك بالتقسيط اعتذري لها بأنك لا تميلين الى هذا النوع من المعاملة وأنك تفضلين أن تقتصدي المبلغ كله وتدفعيه مرة واحدة على أن تضطري الى رد السلعة وخسارة الاقساط التي دفعتها لان أزمة مالية حاقت بك . ولكن اياك وأن تصفقي الباب في وجهها . انها انسانية مثلك تكسب عيشها بعرق جبينها .



الدخول الى حجرة المائدة

هذا سؤال تأخرت في الرد عليه لانني سبق أن وفيته حقه في عدد من أعداد السنة الماضية . ان سيدة البيت هي التي تدعو الضيوف الى حجرة المائدة بأن تقول لهم : « تفضلوا الى حجرة المائدة » . وجرت العادة أن يدخل أولا أكبر المدعوين مقاما بصحبة سيدة البيت . أما ان لم تكن هناك سيدة للبيت فان صاحب البيت يدخل مع السيدة التي سوف تجلس الى يمينه . ويتبعها بقية المدعوين . ويحدث عندنا

أحيانا أن يقف المدعون أمام باب غرفة المائدة ويتعازمون على الدخول . فيقول أحدهم للآخر : « اتفضل » ويسرد الآخر « لا والله اتفضل انت » ويجب الاول « ازاى ده ما يصحش أبدا ! هي العين تعلى على الحاجب ! » كل هذا وسائر المدعوين

ينتظرون نهاية هذا التعازم . ان القاعدة في هذه الاحوال تقتضى أن يدخل القريب من الباب قبل البعيد . فاذا ما اجتمع شملهم أشارت الداعية الى مكان جلوس كل من مدعوها . ولا يجلس الرجال عادة الا بعد أن تجلس السيدات .



الطفل لا يصرخ الآن !

إن بشرة الطفل الرقيقة تلهب وتحنقن سريعا ، فنجعلها يكي ويصرخ من شدة الألم ، خلصى طفلك من هذا الألم وذلكيه ببودرة جونسون للأطفال . وسوف يرتاح طفلك ملابس الداخلية وعند استحمامه . وسوف يرتاح طفلك لنعومتها ورقفتها . بودرة جونسون للأطفال ترطب بشرة الطفل وتضفي عليه الراحة والبهجة .



بودرة
جونسون
للأطفال



استاج جونسون وجونسون - بريطانيا

بنو النيل

مجلة نائية اصنامية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبها ورئيس تحريرها
الدكتورة درية شفيق

العدد ٤٨١ شارع قصر النيل - القاهرة
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤
الاشتراك السنوي :
١٠٠ في مصر والسودان
١٥٠ في البلاد العربية
٢٠٠ في الخارج : أومايواديا

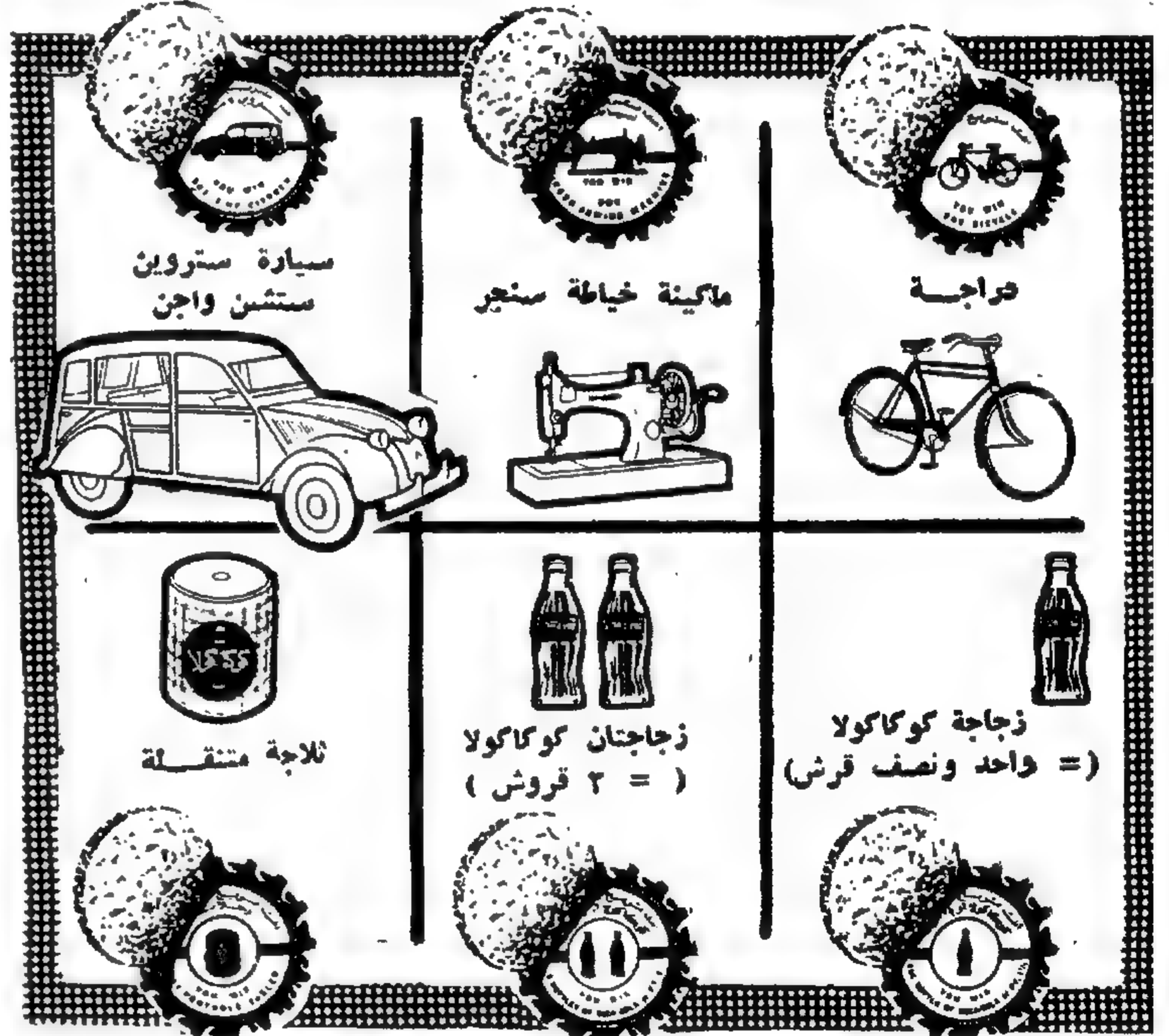
اشرب كوكا كولا اللذيذة
واطلب الكبسولة



تربح

واحدة أو أكثر من هذه الجوائز المدهشة

- ١٠ سيارات ستروين ستشن واين
- ١٠٠ ماكينة خياطة "سنجر"
- ٥٠٠ دراجة
- ٥٠٠٠ ثلاجة متحركة
- ٤٠٠,٠٠٠ فرصة لشرب كوكا كولا مجاناً...



في كل مرة تشرب فيها كوكا كولا
اللذيذة انزع الفلينة من
الكبسولة وإذا كانت الكبسولة
تعمل من الداخل علامة إحدى
الجوائز فيمكنك استبدالها في
الحال

قلديك ٤٠٥,٦١٠ فرصة
لتغزو بأحدى هذه الجوائز

اليوم قد يسعدك الحظ بواحدة منها أو أكثر...
فاطلب الكبسولة

© Coca-Cola

أصحاب امتياز التعبئة: مصانع تعبئة سيكو

فضيحة الشجر..

وكان أبوه يقتر في منحه ما يطلب
من مال ، فليجأ الى خالة له في
القاهرة تحبه حب أولادها منذمات
أمه اختها . ثم ماتت هذه الخالة ،
وانقطع بالمتهم كل مورد للرزق ،
والح على أبيه أن يعينه فازداد معه
عناداً وتقتيراً ، وطرده طرداً من
حياته ، وقال له أنه برى منه
ولا يريد أن يرى وجهه ما عاش ،
فقد كان الرجل لاهياً حتى عن ولده
بالزواج الفارق فيه متنقلاً ما بين
شابة وأخرى .

وانتهى الأمر بالولد الى هذه
الجريمة المنكرة . ثم الى الليمان
ليقضى باقي عمره ، فقد حكم عليه
بالاشغال الشاقة المؤبدة .

ادم اذا ما تجبر :

وهذه مأساة أخرى ، بسببها
تجبر آدم ، وثورته في غير محل ،
وسوء تصرفه ، وهو مثل ساذج
جننا به من الريف لضربه للزواج
المتحضرين المثقفين الذين تعصف
العواصف بهنائهم للزوجي وتقامر
بمستقبل أولادهم بسبب مشاحنات
كل يوم .

لقد حاولت « زينب » الزوجة
الشابة الريفية عينا أن تور تصرفها
لزوجها « متولى » وتؤكد له أنها
ما باعت مصوغها الا لتشتري له
بشمه جاموسة بدل جاموسته التي
نفقت ، فقد قال لها وهو نائر
مهتاج :

- هو أنا موش راجل علشان
أخذ حق مصوغك الى جيبته لك .
فيه ذراعى وفيه عرق جيبني .
انتى مرقتى عن طاعنى ومالكيش
عيشة معايا خلاص . كم مرة تقولى
لى أنك حبيبى المصوغ وأقول
لك مستحيل طول ما أنا حى فى
الدنيا .

ولكنه لم يصغ اليها ، ومضى
يتهمها بسوء التصرف والخروج



عن طاعته ، وأصر فى النهاية على
أن تخرج من البيت وتذهب الى أهلها
فى هذه الساعة المتأخرة من الليل
وأن تنتظره هناك حتى يلحق بها .

.. أنا قتلت أبويا لانه كان
حاطط همه ومضيع فلوسه فى
الجواز ومشحتنى ورامينى .

تلك هى الكلمات التى كان يتمتم
بها « صالح خليل إبراهيم » عندما
أخذ بفداحة جرمه أثر اغتياله أبيه ،
الرجل الثرى المزواج ، الذى كان
لا يتزوج زوجة الا ليطلقها بحثاً
عن غيرها ، وقدر له ألا ينجب
أحداً من زوجاته الاحدى عشرة غير
هذا الولد . الولد الذى قتله .
وهو حامل السكين التى أعدها



ولعل هذه الجريمة أنكر ما سببه
تعدد الزوجات من مأس وفواجع .

عول القاتل « حسن » على قتل
أبيه ، وذهب لداره باحثاً عنه ،
للجريمة . ولما أخبرته زوجة أبيه
الحادية عشرة أنه ليس بالدار ، لم
يصدقها ودخل يفتش عليه فلما
لم يجده انصرف الى الفيط متمقبا
فريسته ، وهناك انقض عليه كوحش
ضار وطمنه تلك الطعنات القاتلة
التي أثبتتها المحقق فى محضره ، فى
عدة مواضع من جسمه ، فلم يلبث
بعدها حيا سوى بضع دقائق قليلة
.. وعاد ولده القاتل الى داره وهو
يتحدث طول الطريق مجاهراً بفعلته
كالمجنون ، حتى اذا ما وصل الى
داره طرد منها زوجته وأغلقها
عليه . ولما هدا اضطرابه وصحا من
سكرته ، فكر فيما أقدم عليه وما
ينتظره من عقاب ، فهاله الأمر وعزم
على تدبير طريق للخلاص . ولح
حمامة راقدة على بيضها فأسرع اليها
يذبحها ونثر دماءها على ملابس
ليفطى آثار جريمته بتمويه اللطع
التي انتشرت على جلبابه من دماء
أبيه .

واتهمته زوجة أبيه ، وقبض
عليه ، وشهدت وشهد معها
شهود اخرون بأنه كان فى خصام
مستمر مع أبيه ، بسبب مطالبتة
له بنقود لتعطله عن العمل منذ مدة
طويلة بسبب مرض صدرى ألم به ،

الزوجة الحادية عشرة

هناك • ولم يجد الخفيران بدامن الاعتراف • وكان الفضل في ذلك للفلاح الشاب الذكي الواسع الحيلة • وهكذا انتهت المأساة الدامية • والجاني الاول فيها في عرف السماء • وان لم يكن في عرف القانون هو الزوج • الزوج الذي تجبر •

من أمريكا :

ولنترك المآسى وحديثها، ونسافر بقارناتنا الى نيويورك لنقص عليهم قصة هذه القضية الضاحكة التي نظرتها احدى محاكم نيويورك هذا الاسبوع ، قضية سيدة اسمها « كيت » اتهمت بضرب زوجها « برادوك » ولطمته على خده ، هذه هي التهمة التي وجهها اليها ، وهي كما ترين ليست غريبة ولا هي الاولى من نوعها ، وانما الغريبة فيما نال مسز كيت من عقاب المحكمة ، فقد خيرتها بين امرين : اما السجن اسبوعا ، واما ان تقبل زوجها صباح كل يوم مثل هذه المدة •

وقد فضلت الزوجة العقاب الاخير ، فاطلقت المحكمة سراحها بعد ان وعدت بتقبيل زوجها ، وبأن له ان يشكوها ثانية اذا هي قصرت في أداء هذا الواجب •

ولم يمض الاسبوع حتى عاد الزوج الى المحكمة يشكو من ان زوجته اخلت بتنفيذ الحكم • وجىء بالزوجة فذكرت بأن زوجها هو الذي أجبرها على ذلك ، اذ كان يعتمد اكل الثوم ليل نهار ليكمل رائحة فمه كريهة وينفروا من تقبيله



قاصدا بذلك الكيد لها والزج بها في السجن انتقاما منها •

وفي هذه المرة حكمت المحكمة ببراءة الزوجة والفاء الحكم السابق ••

ليست هذه القضية أغرب في قصتها من الخيال أو النكتة المؤلفة •• ولكنها أمريكا بلد العجائب والغرائب •

ويطلقها • وسألته متوسلة أن تبني حتى الصباح خوفا من ظلام الطريق اذ كان أهلها يقيمون في قرية بعيدة ، ولكنه أصر على أن تخرج ، فخرجت مرغمة تحمل في جيب رداؤها الاربعين جنيها ثمن مصاغها ، وسارت في خطوات متعثرة الى خارج القرية حتى شارفت الطريق الزراعي القفر ، وقطعت منه مرحلة غير قصيرة فاعترضها خفيران نظاميان واستوضحاها أمرها ، فقصت عليهما في سداجة واطمئنان قصتها وهي تبكي ، ظنا منها ان يلين قلباهما لها فيعودا بها الى زوجها

وتبادل الخفيران نظرات ذات معنى ، وطلبا من « زينب » اثبات ما ادعته فأخرجت من جيبيها الاربعين جنيها ، وما كادت تفعل حتى قفز عليها الخفيران ، فاخطف أحدهما النقود من يدها بينما وضع الاخير يده على فمها لئلا تصرخ •

ولم تمض لحظة حتى كانت زينب جثة هامدة • وأسرع الخفيران فرميا جثتها في حفـل قريب واقتسما المال ، ووضع كل منهما نصيبه في لبدته ثم واصلا السير في دركبيهما • وما كادا يبتعدان عن مسرح الجريمة حتى برز فلاح شاب كان يروى حقله ساعة وقوع الحادث وشاهد من مكانه كل شيء •

دون ان يشعر به الجسرمان ••• وبينما هو حائر فيما يفعل أقبل الزوج « متولى » يعدوليلحق بزوجته ويعيدها الى البيت ، اذ تبين خطاه ، فلما رآه الفلاح الشاب شاهد الرؤية في الجريمة المنكرة ، أمسك به من رقبته وأخذ يصرخ والرجل في دهشة من أمره ، وكان الخفيران لم يبتعدا كثيرا ، فلما سمعا الصياح أقبلا مرعيين • ولما رآهما الفلاح اتهم متولى الزوج بأنه يتهمه بمحاولة سرقة ماشيته ، بينما أقسم متولى أنه لم يفعل شيئا • ولم يبر الخفيران بدا من أن يأخذاهما الى نقطة البوليس للفصل في أمرهما

وامام ضابط النقطة روى الفلاح الشاب الحادث كما وآه ، وذكر أنه لم يلجأ الى اتهام متولى بالسرقة الا لينقذ نفسه من اعتداء الخفيرين اذا ما حاول ضبطهما وحده ، وأنه ممد الى الحيلة ليستدرجهما الى النقطة •

وفتش الضابط لبدتي الخفيرين فوجد داخلهما المبلغ المسروق ، ثم قام الى مكان الحادث فوجد الجثة

للفضائل
الكهربائية

استعملوا

أبو الهول الكهربائي

صابون مسحوق

نمرة 1

1 KILO NET

SPHINX D'OR en poudre

شركة الملح والصودا المصرية

انتاج ملح والصودا

جماع سباقك



باليدين على فخذ واحدة بحيث
تقوم اليد اليمنى بالدفع واليد
اليسرى بالشد .

فخذاك نحيفتان :

لزيادة حجمهما الى الحد
المعقول جربى هذا التمرين :

- قفى معتدلة وضعى
يديك على خصرك مع ضم
الكعبيين وجعل أطراف
القدمين الى الخارج . ارفعى
نفسك على أطراف قدميك
مع عمل حركة شهيق ثم
اجلسى على كعبيك مع فتح
الركبتين (قومى بهذه
الحركة الاولى فى شئ كثير
من اللين) . وعندما تجلسين
ضعى الكعبيين على الارض
وارفعى نفسك مع شد كل
عضلات الساقين جيدا .
(قومى بعملية زفير) ١٢
مرة .

بطن الساق نحيف :

لزيادة حجمه مارسى
رياضة ركوب الدراجات التى
تقوى الساقين خاصة ان
قمت بهذا التمرين المفيد بكل
ما أوتيت من قوة ونشاط ،
ليتركز المجهود على الساقين
ويشغل العضلات . وننصح
أيضا بالقفز بأنواعه والعدو
والسباحة والرقص الايقاعى
أو الكلاسيكى . قومى أيضا
بالتمرين الاتى الذى يضيف
على بطن الساق جمالا :

المشدودة مع قذف الذراع
المقابلة فوق الرأس فى شئ
من اللين . أما الساق المرفوعة
فيجب ان تمر خلف الذراع
التي ظلت افقية . والجذع
يجب ان يظل معتدلا .
والساقان يجب ألا ينثنيا
(قومى بعملية شهيق أثناء
الرفع) اذفرى عند العودة
الى الوضع الاول . (عشر
مرات لكل ساق) .

٤ - قفى معتدلة وافردى
ذراعيك على الجانبين .
وليكن ثقل الجسم مرتكزا
على ساق واحدة . أما الاخرى
فلتظل مشدودة الى خلف .
اقذفى بقوة هذه الساق من
الخلف الى الامام أعلى ما
يمكن (قومى بعملية شهيق)
مع اعادة الذراعين الى الامام
حتى تلمسا القدم المرفوعة .
قومى بعملية زفير وأنت عائدة
الى نقطة الابتداء . كررى
التمرين عشر مرات .

وعند ما تنتهى من أداء
هذه التمرينات الاربعة دلكى
فخذيك . وفى استطاعتك
أن تبدلى كل مجهودك فى هذه
المنطقة التى لا تتعرض للبلى
بسرعة . اعجنيهما على وجهها
الخارجى كما لو كان الامر
عجينة . وبأطراف أصابعك
امسكى كل ما يمكن مسكه
ثم ادفعى ببقية اليد . اعملى
بيد واحدة لكل جهة أو

زودتهن بسيقان ذات بطون
مستديرة وبكواحل رفيعة .
اننا لا نطلب منك أن تسيروى
على نفس النهج الذى سرن
عليه . لقد ذكرنا لك حالتهم
كمثل ولنبرهن لك أنه
بالمثابرة يمكنك تنسيق
شكل ساقيك .

ولن نعدك بأنك سوف
تكسبين المعركة فى ثمانية
أيام . امنحى نفسك فترة من
الوقت معقولة : ثلاثة أشهر
مثلا . ففى هذا الميدان
كثير من الميادين الاخرى
لن ينتصر الا الاكثر مثابرة .

ساقاك سميكتان

لاطالتهما ولتخفيفهما
قومى يوميا بأداء هذه
التمرينات الاربعة :

١ - استلقى على ظهرك .
ارفعى ساقيك فى الهواء .
اسندى جسمك بيديك .
قلدى حركة الدراجة . ولكن
لكى يكون هذا التبديل مفيدا
نفذه بسرعة واثنى ركبتيك
الى أن تلمسا أنفك ، ثم مطى
نفسك الى أن تشتد عضلات
الفخذين .

٢ - استلقى على جانبك
الايسر وليكن الجذع مستندا
على الساعد الايسر بعد ثنيه
وعلى اليد اليمنى المفتوحة على
الارض . اقدفى فجأة
وبسرعة الساق اليمنى مع
شدها جيدا أعلى ما يمكن
بحيث تكون القدم ممتدة
على امتداد الساق (قومى
بعمل حركة شهيق) ، اتركى
ساقك لتسقط وحدها (قومى
بعمل حركة زفير) ثم كررى
الرفع (عشر مرات) . وقومى
بنفس التمرين من الجهة
اليمنى .

٣ - قفى . ضمى قدميك .
افردى ذراعيك على الجهتين .
اقدفى الى جانب بقوة الساق

يعتقد الكثير من النساء
أن السيقان الجميلة نعمة
تهبها الطبيعة لمن تشاء . فان
كانت ساقاك جميلتين فاننا
نغبطك عليهما . أما أن
كانتا كعيّدان الكبريت أو
غليظتين كالاعمدة فلا جدوى
من التحسر . . يجب ان تفعل
شيئا . لا تقولى انك لا
تستطيعين أن تطيليهما أو
تقصريهما . . بل يجب ان
تعملى وتعملى بسرعة والا
ضاعت الفرصة منك .

قد لا يكون فى استطاعتك
اطالة ساقيك . . هذا صحيح
ولكن فى امكانك ان تصنعى
شيئا لبطن ساقك أو ترفعى
من محيط أسفل الساق .
ان ما يهمنا هنا ليس طول
الساق اطلاقا ، ذلك أن
الساق الصغيرة المتناسقة
تبدو اكثر أناقة من الساق
الطويلة التى لا شكل لها .
انك تعجبين براقصات
الباليه . ومع ذلك فانهن فى
أول الامر لم يكن جميعا
صاحبات سيقان جميلة .
ولكن ممارسة بعض التمرينات



- اجلسي على الأرض واضعة قدميك على الأرض وراقعة ركبتيك (وضع السائقين يجب ألا يتغير أثناء تادية التمرين) : ارفعي الكعبيين أعلى ما يمكن دون أن تسمحى لواحد من أصابع قدميك العشرة أن يرتفع عن الأرض . اخفضي الكعب وكرري التمرين من ١٨ الى ٢٠ مرة . يجب أن تشعرى بأن عضلات الساقين تبذل مجهودا .

ساقاك قصيرتان :

سوف تبدو ساقاك أطول ان كان بطنها مرتفعا عن مكانه الطبيعي وأسفلها نحيفا . ولكي تحصلى على هاتين الميزتين مارسي تمارينات الرقص وأمشي ما أمكنك على طرفي قدميك (حافية القدمين وأنت في المنزل) وخاصة وأنت تصعدين السلم .

أو قفي على طرفي قدميك . ارفعي نفسك ببطء شديد وابقى هكذا مرفوعة لبضع لحظات .

ساقاك غليظتان :

قد يكون جسمك كله بدينا بعض الشيء . لا بد لك اذا في هذه الحالة أن تتبعى نظاما غذائيا عاما يقلل من وزنك بحيث يذيب الشحم الزائد المكس على الساقين في نفس الوقت الذي يزيل فيه الشحم المكس على الجسم كله . وقد تبدو بدينة لانها منتفخة . وفي هذه الحالة يجب عرض الحالة على الطبيب . وانه من النادر ان نجد سيقانا غليظة بالمعنى الحقيقي . انه يكفي عادة تنحيف الكاحل لتعيد الى الساق شكلها الجميل . وحاولي أيضا أن تؤدي هذين التمرينين :

- قفي معتدلة . ربعي ساقا أمام الأخرى . خطي

حولك دائرة أكبر ما يمكن بطرف القدم . أعيدى الكرة الى أن تشعرى بعضلاتك ، ثم قومي بنفس التمرين من الجهة الأخرى ، ثم بالقدم الأخرى في الاتجاهين .

ركبتاك داخلتان :

ضعي قاموسا ضخما على بعد بضعة سنتيمترات من الحائط . قفي عليه سيري بحذاء بلا كعب أطول مدة ممكنة بحيث يكون

طرف القدم متجها الى الخارج . الى الامام والى خلف . ركبتاك غليظتان :

عالجى هذا العيب بممارسة جميع تمارين التبديل وركوب الدراجات . استلقى على ظهرك وقدمي . بساقيك مقلدة حركة التبديل على الدراجة .

تحكم في الطقس... كما تشاء..



جهاز تكييف الهواء

وستنجهاوس

مطراز حجم كبير
١ حصان ١ ١/٢ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ ٨ ٩ ١٠ ١١ ١٢ ١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ١٩ ٢٠ ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠ ٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠ ٤١ ٤٢ ٤٣ ٤٤ ٤٥ ٤٦ ٤٧ ٤٨ ٤٩ ٥٠ ٥١ ٥٢ ٥٣ ٥٤ ٥٥ ٥٦ ٥٧ ٥٨ ٥٩ ٦٠ ٦١ ٦٢ ٦٣ ٦٤ ٦٥ ٦٦ ٦٧ ٦٨ ٦٩ ٧٠ ٧١ ٧٢ ٧٣ ٧٤ ٧٥ ٧٦ ٧٧ ٧٨ ٧٩ ٨٠ ٨١ ٨٢ ٨٣ ٨٤ ٨٥ ٨٦ ٨٧ ٨٨ ٨٩ ٩٠ ٩١ ٩٢ ٩٣ ٩٤ ٩٥ ٩٦ ٩٧ ٩٨ ٩٩ ١٠٠

شركة التقدم الهندسي

ر. و. م. قالون وشركاه

القاهرة ١٦ شارع البورصة - (التونيفيك) ت ٤٤٧٥٧
الاسكندرية ٢٨١ شارع صلاح الدين ت ٣٤٢٢٢

"House of Light" شارع بنيامنه

ان اجنحة داروات التبريد وستنجهاوس تحمل مكان السرعة منذ ٦٥ عاما وثبت كفاءة منقطعة النظير في كل انحاء العالم . قفصوا بطلب استشارة في تركيب تكييف الهواء بالالات المركزية وستنجهاوس تقدم جميع اطقم الكابينة التي تحمل صفات ال ١٠٠ حصان



١٠ الى ١٥ دقيقة في اليوم.
والان هيا الى العمل :

١ - هل في استطاعتك السباحة بانتظام ؟

هيا القى بنفسك في الماء
واسبحي . فان السباحة
في الماء البارد تكسو
الديكولتيه ببعض الشحم .
لذلك نجد أن السباحات لا
تبرز عظامهن الا فيما ندر .

٢ - هل تحبين الغناء ؟

دربي نفسك يوميا عليه .
ان الغناء يفيد الصدر وينمي
ويدفع الكتفين الى الخلف
ويعدل الظهر . وانك لا
تجدين مغنية ذات صدر
صغير أو أكتاف تبرز
عظامها .

٣ - هل صدرك في حاجة الى نمو ؟

زودي كمية المواد الدسمة
في غذائك مثل الزبدة وزيت
الزيتون والجوز واللوز
والبندق .

٤ - اعني بوقفك ؟

ان ضيقت كتفيك وان
أحنيت ظهرك فان صدرك
يتجوف ويسقط . وان
وقفت معتدلة ومسحت

أيام . انك تسلمين بقضاء
بضعة أسابيع لشغل مفرش
جميل أو غطاء كرسي .
سلمي اذن بتخصيص ثلاثة
أشهر بل أربعة أو خمسة أو
سنة أشهر لتعيدى الى
جسمك جماله . ان أطلب
منك خلال هذه الشهور
مجهودا معتدلا ومنتظما .
وان وافقت على هذا الشرط
استطعت أن أعدك بتحقيق
حلمك ان أمضيت معي من

لباس البحر أو في ثوب من
ثياب الشاطئ، وفي الشتاء
عندما ترتدين ثوب السهرة .
وفي استطاعتك ياسيدتى
أن تكسبي هذا الديكولتيه
الجميل ولكن لا أعــدك
بالمعجزات تتحقق في ظرف
شهر أو شهرين . ولن أقول
لك أن خمس دقائق في
اليوم كافية لهذا الهدف
الذي تريد الوصول اليه .
ذلك أنه من المستحيل تغيير
الجسم الانساني في مدى

نحن الان في فصل
الصيف . فصل الفساتين
ذات الديكولتيه العريض
والعميق . ولا شك أن
الديكولتيه الجميل متعة
للنظر . وان سحر المرأة
ليظهر واضحا في استدارة
الكتفين وعدم بروز عظامهما
وفي بروز الصدر دون مبالغة
وفي اعتدال الظهر ونعومته
وفي عدم بروز عظامه . ان
الديكولتيه الجميل يبرز
محاسنك في الصيف وأنت



مجلات مكيفه الهواء
انواع الرياضة المختلفه
تنس - ركوب فيل

أجداد مصر الثالثة
وأجمل فترات الراحة
تتمتع بها

باقاتك في



فندق مينا هاريس



تليفون ٨٩٤٦١٠



التدريب تظل القدمان
ملاصتين للأرض .
لادخال عظام الظهر والعمود
الفقرى :

قفى معتدلة . ضمى
قدميك . وعلى طرفي القدمين
مع نفخ الصدر ورفع الرأس
وشد الذراعين الى خلف
وضم اليدين اثني فجأة
الصدر الى الامام دون أن
تثنى الركبتين مع اعادة
الكعبيين الى الارض والشد
بقوة على الذراعين الممدودتين
الى أن تمس الرأس الركبتين
« ازفري » عودى الى نقطة
البدا « شهيق » .

— قفى مع ضم الكعبيين
وتشبيك اليدين خلف
الظهر . ارفعى ذراعيك
المشدودتين أعلى ما
يمكن مع الاحتفاظ باليدين
متشابكتين وعلى أن يظل
الصدر رأسيا والرأس
مستقيمة « شهيق » . عودى
الى وضعك الاول أو نقطة
الابتداء « زفير » .

لتكون قاعدة صدرك جميلة:

ان التمرينات الرياضية لا
تؤثر على الصدر الذى لا
يتكون من عضلات . ولكن
بتنمية عضلات الصدر يمكنك
نفخ الصدر الى الامام لانه فى
هذه الحالة يجد ما يركز عليه
فيبرز ، وتوجد عدة حركات
لتنمية عضلات الصدر ابتعدى
فقط عن تلك التى تتطلب
نقل الذراعين . امتنعى أيضا
عن حركات المقص واللف
انها تضر بالغدد الثديية .

قفى معتدلة . راحتا
اليدين متكثتان على بعضهما
البعض والمرفقان بعيدان عن
الجسم . اضغطي اليدين
بقوة كمالو تريدين أن تكسرى
بينهما جوزة . لا تتنفسى
أثناء الضغط ثم ارخي
العضلات تماما . استلقى
على بطنك واتكئى على يديك
وأسفل القدمين . الجسم

كتفيك عملت فى نفس
الوقت لظهرك ولصدرك .
فكرى فى ذلك وأنت واقفة
وأنت جالسة .

والان أصلحي جميع نقط
ضعفك . قومي بجميع
حركاتك ببطء وبلين وتنفسى
بعمق .

لتعلمي كتفيك

ضمى قدميك وامددى
ذراعيك أفقيا مع جعل
الراحتين تتلامسان . افردى
ذراعيك حتى تلتقى اليدين
خلفا على مستوى ارتفاع
الكتفين .

— قفى وافتحي ساقيك
وامددى ذراعيك رأسيا .
ارسمي بهما دائرة مع جعل
الذراعين متوازيين على أن
تمرا أمام الجسم لتعودا الى
نقطة البدء : الرأس والصدر
يجب أن يظلا بدون حركة .

لتعلمي عظام أعلى صدرك :

ليس من الضروري أن
تبرز عظام أعلى الصدر عند
النساء النحيفات . ذلك أن
هذا البروز ينتج عن اندفاع
التراق الى الامام . والامر لا
يحتاج الى أكثر من تنمية
العضلات التى تعيد التراق
الى مكانها الطبيعى :

— قفى معتدلة ويذاك
خلف قفاك . اسندى ظهرك
الى عمود أو الى حائط أو
قطعة أثاث . اعيدى المرفقين
« الكوعين » الى الخلف ببطء
ادفعيهما الى أبعد ما يمكن
وأطول مدة ممكنة دون أن
تبعدى ظهرك أو ترججى
رأسك الى الامام .

— اجلسى على مقعد بدون
ظهر واسندى يديك على
حافته . امددى ذراعيك
وارفعى الحوض واحتفظي
بهذا الوضع أطول مدة ممكنة
مع رفع العنق جيدا ورفع
الرأس الى خلف . وفى أول

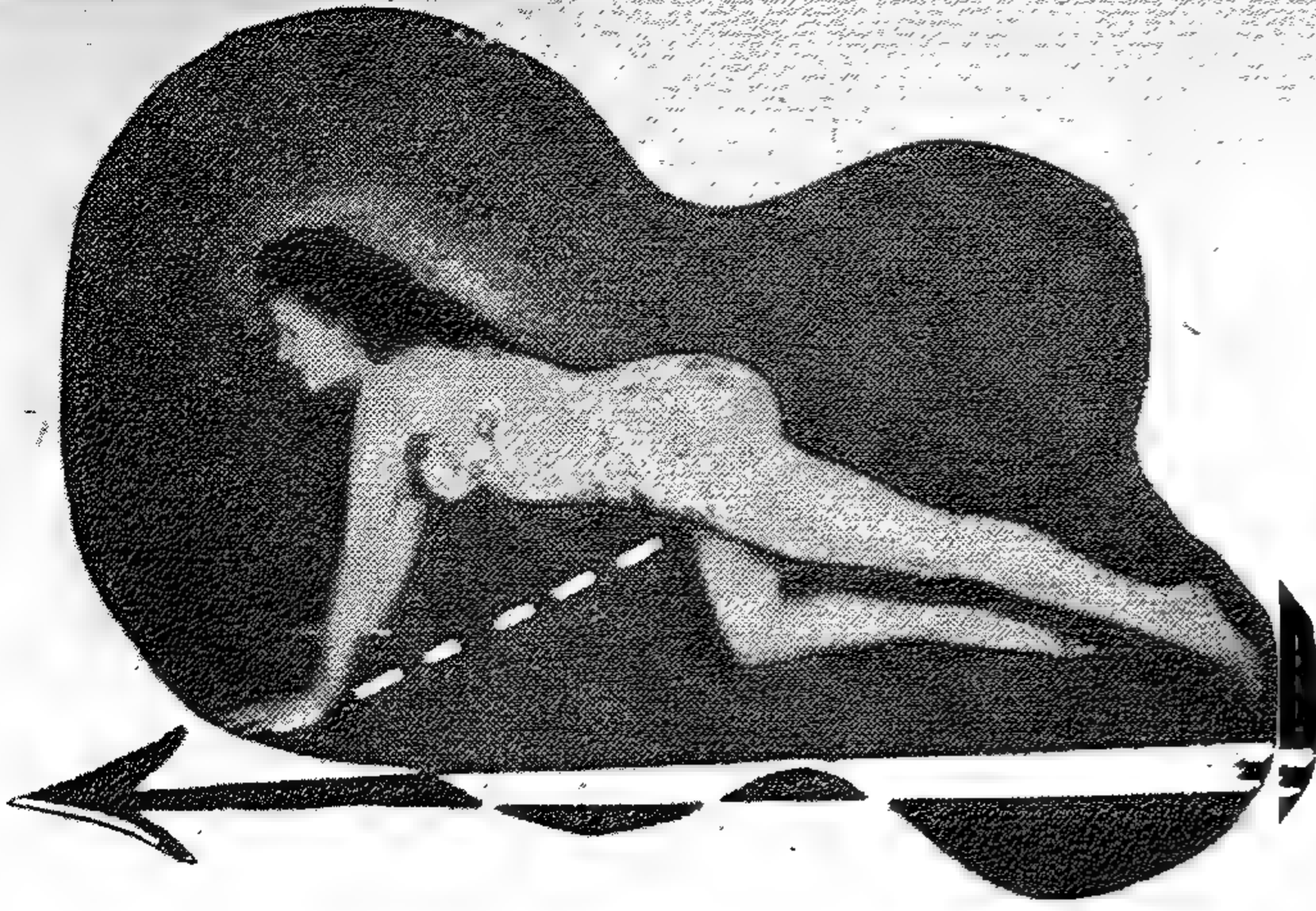
تلجئى الى التمرينات العنيفة
فى أول الامر .

انى لم أعدك بالمعجزات .
ولكن ان سرت على هذا
البرنامج استطعت أن أضمن
لك تغيرا محسوسا ابتداء
من الشهر الرابع .

متصلب . ارفعى واخفضى
أعلى الجسم دون ابراز
الكليتين أعيدى هذه الحركة
ما أمكنك ذلك .

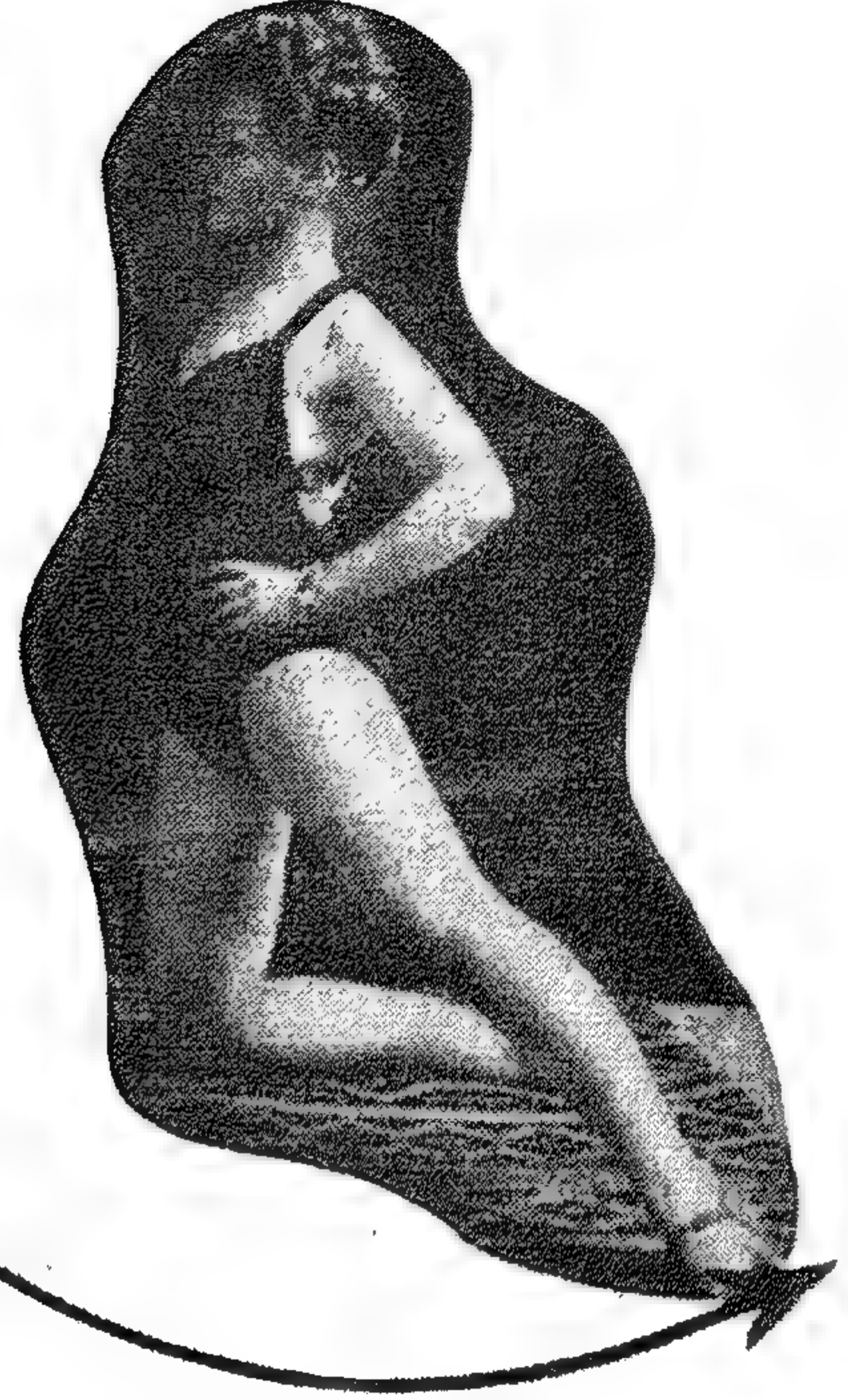
ادى كلا من هذين
التمرينين بين ١٠ وعشرين
مرة حسب صعوبتهما . لا

اجعلى سبائك جميلة



التمرين الاول :

استندى على يديك وامدى ذراعيك • اثني احدى ساقيك واجعلها تمر بين الذراعين بحيث تصبح ممدودة الى الامام • اعيديها الى وضعها الاول • وقومى بنفس التمرين بالنسبة للساق الاخرى • احتفظى باعتدالك أثناء تأديتك لهذا التمرين • ولا ترفعى جسمك لتمردى ساقك امام جسمك •

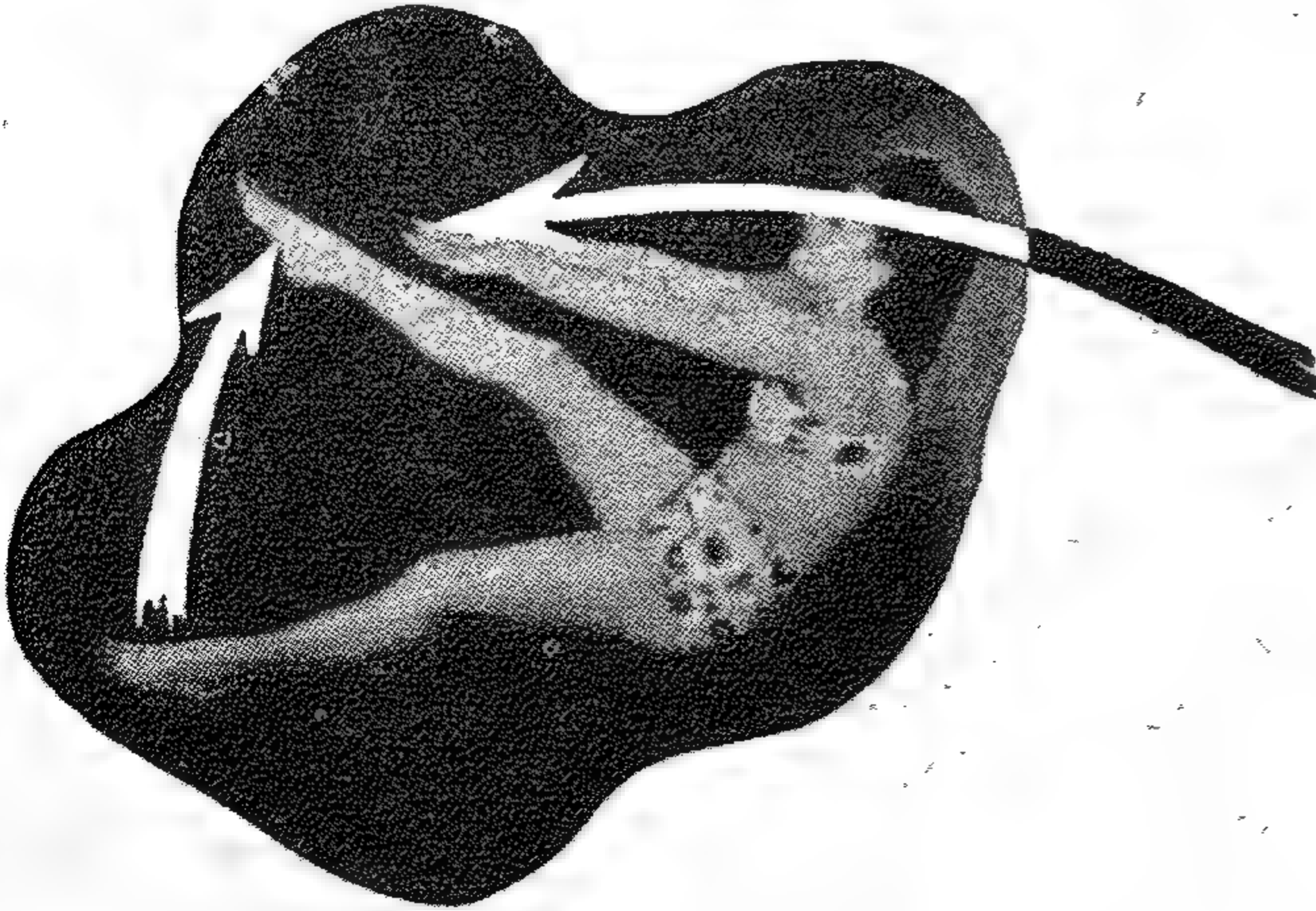


التمرين الثانى :

اتكى على ركبة وامدى الساق الى جانب • هات الساق الممدودة من الامام الى خلف دون أن تحركى الجذع • ان هذا التمرين يقتضى منك ألا تضعى ساقك على الارض وأن تمدى طرف القدم بقدر ما تستطيعين •

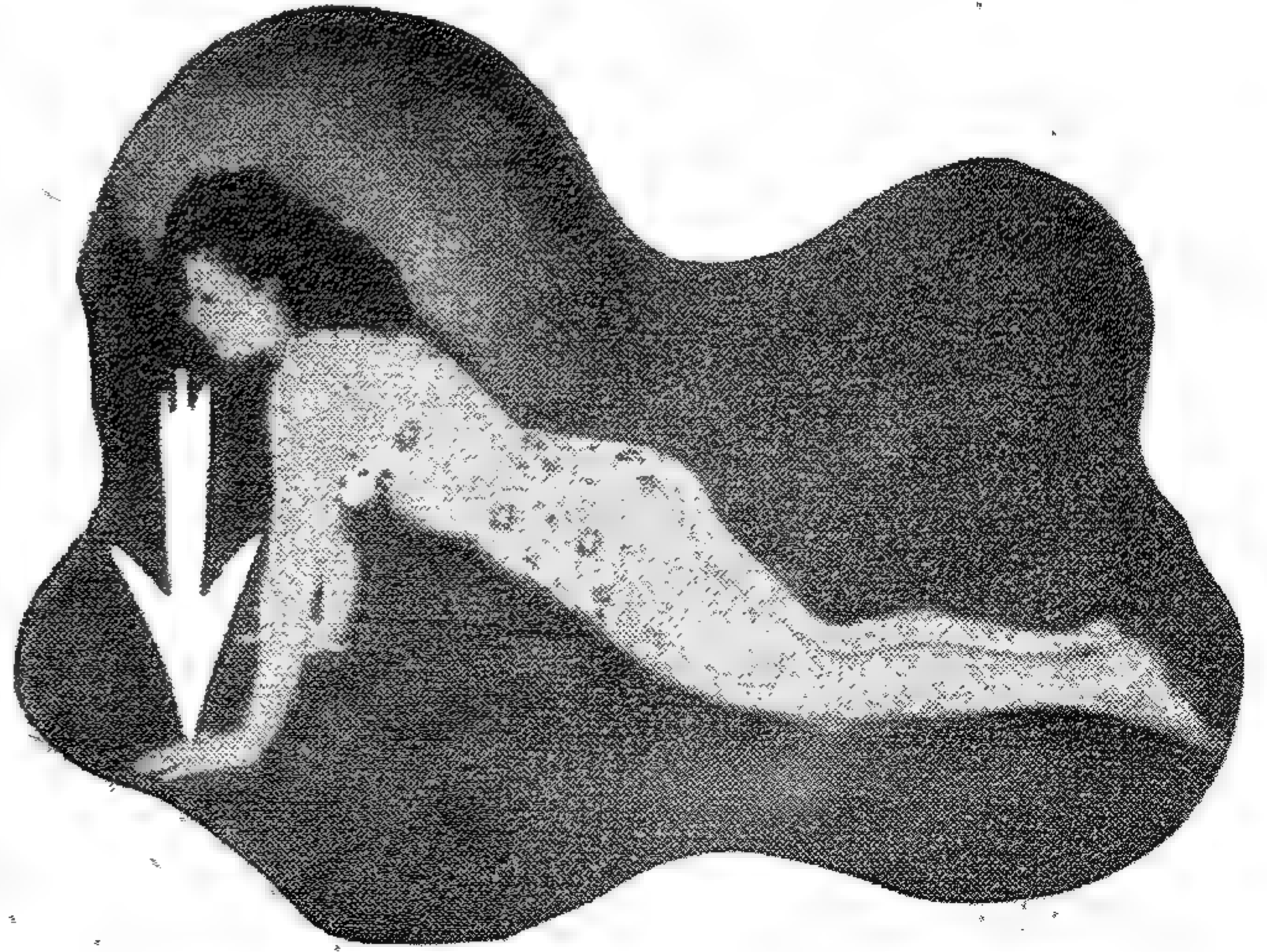
التمرين الثالث

اتكى على ركبة واحدة وامدى الساق الاخرى مع استنادك على المرفقين « الكوعين » ارفعى الساق الممدودة واخفضيها مع رفع الرأس وحفر الخصر بقدر الامكان • قومى بهذه الحركة بقوة • امدى الساق ما استطعت • لا تريحها على الارض •



التمرين الخامس

استلقى على ظهرك وتمدى • ضعى ذراعيك خلف رأسك • ارفعى جذعك فجأة مع رفع أحد الساقين ومدّها للمس طرف القدم باليدين • وان كنت قوية حاولى رفع الساقين فى نفس الوقت • اريعى الصدر بمجرد ما تلمسين القدم •



التمرين الرابع :

اتكى على يديك وركبتيك • اثنى وامدى ذراعيك مع الاحتفاظ باعتدال الجسم من الرأس الى الركبة • وان كنت قوية اجعلى الحركة وانت متكئة على اليدين والقدمين • احتفظى باعتدال جسمك • اثنى ذراعيك ما أمكن •

نعمة للبشرة

لانولين بلاس



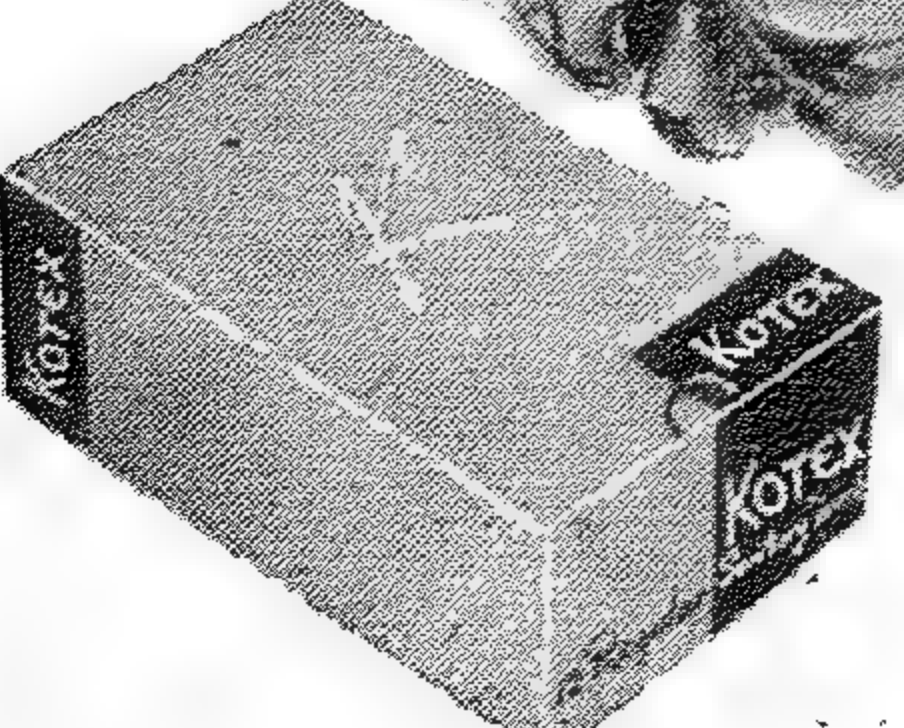
- ليكوييد ٣٠ قرش سائل للبشرة
- كاليبسر ٤٠ قرش لتطهير الوجه
- هاندلوشن ٦٠ قرش للأيدي
- سامبو ٤٠ قرش لغسيل الشعر
- فوردزي هير ٤٠ قرش لحفظ الشعر

لانولين بلاس
لا تظفرك في
مفعول



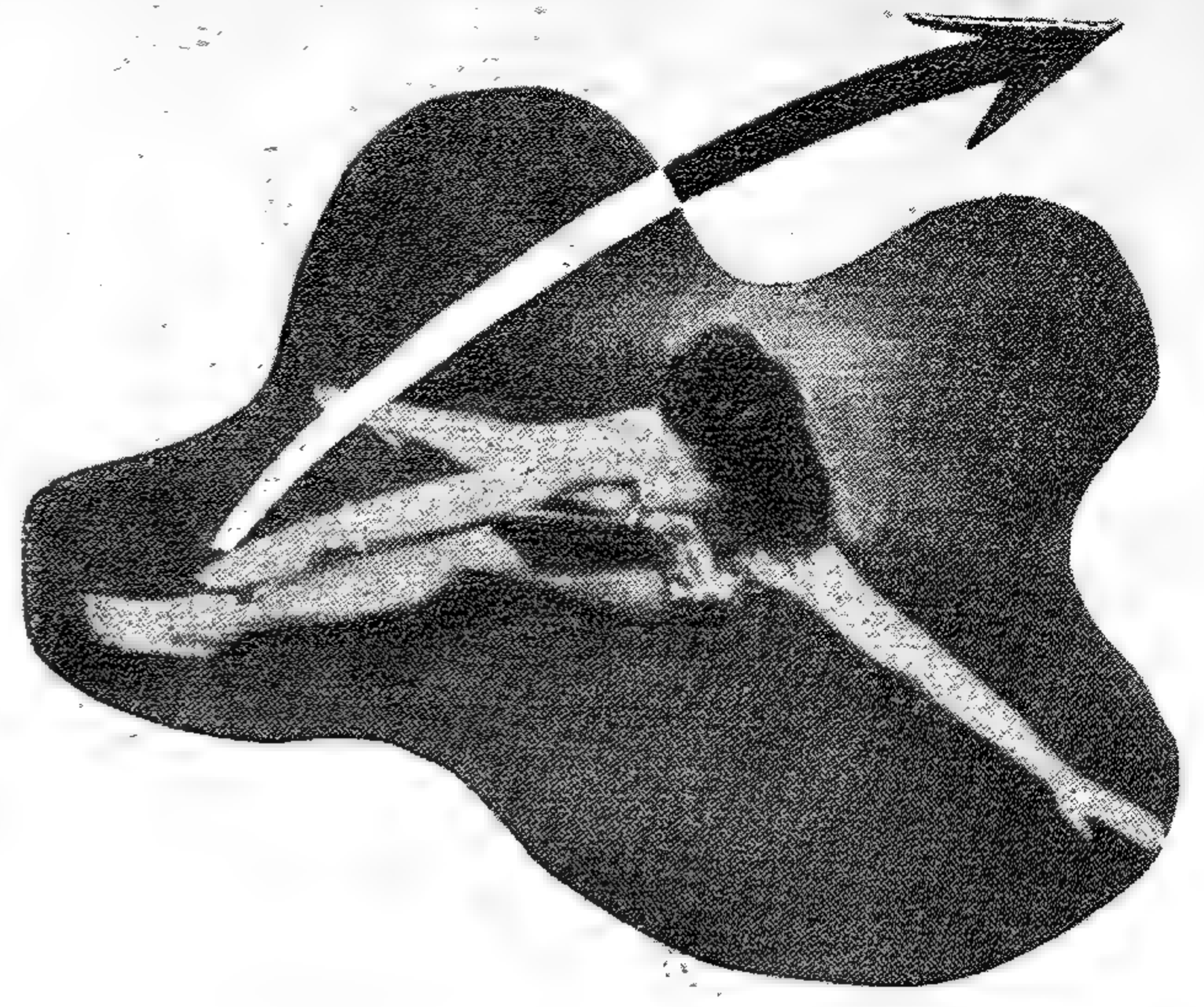
راحة
و
حرية

بفضل



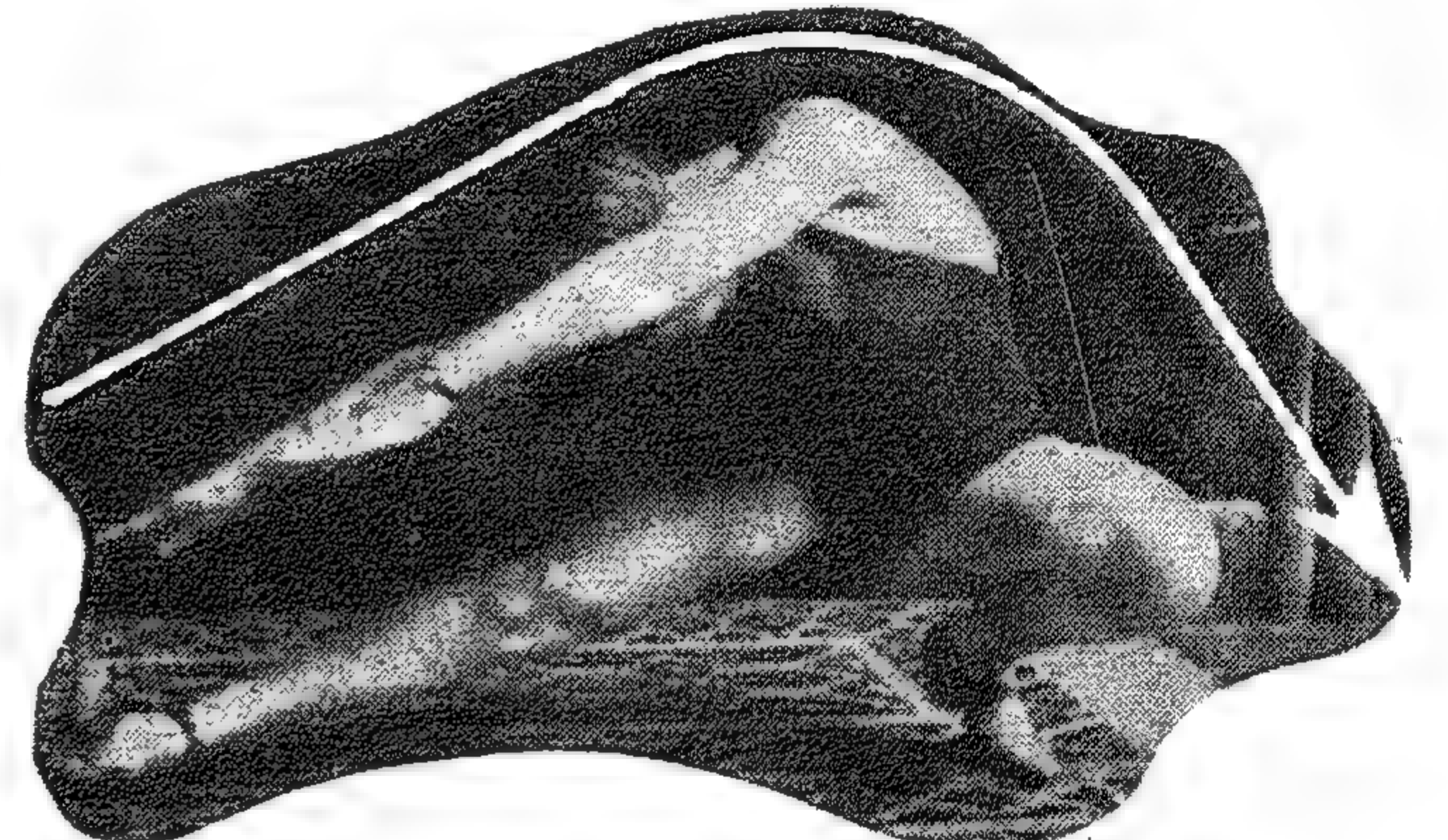
كوتكس

المنشفة الصحية للسيدة العصرية



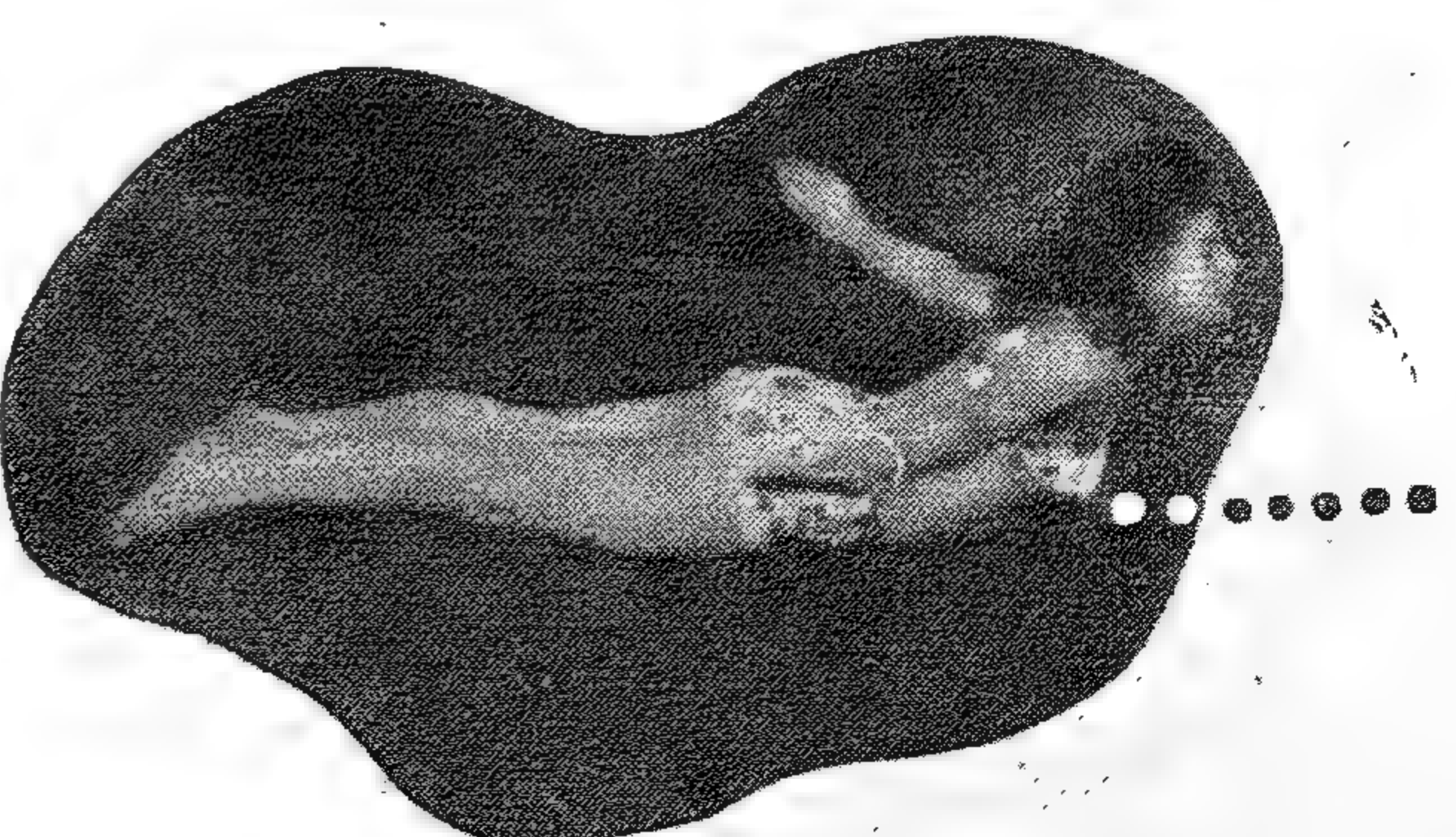
التمرين السادس

افردى ساقيك وافتحى ذراعيك • ارفعى الجذع مع اتكائك على الارض بيدك اليسرى والى القدم اليسرى بيدك اليمنى • قومي بنفس الحركة من الجهة الاخرى • امددى ذراعيك وساقيك جيدا • حاولى أن تلمسى فى نفس الوقت ركبتيك برأسك •



التمرين السابع

افتحى ساقيك جيدا • امددى احدى الركبتين الى الامام مع مد الساق الاخرى حيث تثنى الجذع عليها • عودى الى وضعك الاول • وقومي بالحركة نفسها من الناحية المقابلة • ولا تنسى أن تثنى الساق تماما •



التمرين الثامن

استلقى على بطنك وامددى ذراعيك امام رأسك • افردى الذراعين فجأة وارفعى جسمك ما أمكن • اميدى ذراعيك الى الامام مع اراحة الجذع • اتركى ساقيك منضميتين • القى رأسك الى خلف • ارفعى جسمك بقوة •

فساتن حمام الشمس

الغرض اطوى الظهر وأمام الكورساج فى المنتصف وعلمى ما حول البناسات بخياطة مع ترك بوكلة عند كل غرزة • ابعدى بعد ذلك السمكين وقصى بوكلات الخيط من المنتصف • وهكذا تعلم الاجزاء علما هندسيا متساويا •

التركيب

الكورساج

اعملى البناسات فى امام وظهر الكورساج • اكويها وهى مفتوحة • اجمعى بعد ذلك الامام والخلف بخياطات الجوانب مع ترك فى أسفل الجانب الايسر فتحة تساوى ٣٠ سم تقريبا لتركبى فيها أعدى بعد ذلك الحمالات: اثنيهما على خط الشئ المبين السوستة •

أعدى بعد ذلك الحمالات: اثنيهما على خط الشئ المبين والوجه على الوجه واقفل بخياطة على طول الجانب الكبير • اقلبى على

٤ - الجونية :

يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين على الباترون •

٥ - الاشارب :

يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين •

التفصيل

ضعى أجزاء الباترون على القماش بالطريقة الموضحة بالرسم • يجب أن يكون القماش مفتوحا لعرضه كله • وعند القص زودى ثلاثة سنتيمترات للخياطات والاورليه والدخلات التى لم نعمل لها حسابا فى مقاييس الباترون •

اعداد الشغل

حينما تكون جميع أجزاء الباترون مدبسة على القماش علمى ما حولها بخيط لونه مخالف للون القماش • علمى البناسات أيضا : ولهذا الغرض اطوى الظهر أمام الكورساج فى المنتصف وعلمى ما حول البناسات أيضا : ولهذا



مطبوعة بحبات صغيرة •
الباترون
يتكون باترون هذا الثوب من خمسة أجزاء •

١ - كورساج الامام :

يوضع عكس اتجاه نسيج القماش فى منتصف الامام كما هو مبين على الباترون •

٢ - كورساج الظهر :

يوضع عكس اتجاه نسيج القماش فى منتصف الظهر، كما هو مبين على الباترون •

٣ - الجمالة :

توضع مرتين على القماش اتجاه نسيج القماش كما هو مبين •

تقدم لنا الموضة هذا الصيف أقمشة مطبوعة مختلفة الاشكال والالوان • وان الفستان الذى تقدمه لك على هذه الصفحة يمتاز بكورساج مزود بحمالات عريضة تكون ديكولتيه مربعا • الجونية مكشكشة على الردفين • وتضع صاحبه على كتفها هذا الايتول العريض المصنوع من نفس قماش الفستان •

ويمكن من نفس الموديل عمل ثوب للكوكتيل مصنوع من ساتان القطن المطبوع أو من قماش بروشييه الحرير • ويمكن عمله أيضا من اليوبلين بأرضية بيضاء

كوبون باترون بنت النيل

قسمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر • • تحصل على هذا الباترون •

ملحوظة : اذا أردت أن ترسله لك بالبريد المسجل ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط واضح • واكتبى على الظرف قسم البترونات وكل طلب يرد بعد الميعاد يهمل •

جريدة

لوكس

إذا غسلت ملابسك الرقيقة
في رغوة لوكس الناعمة . فإنها
تحتفظ برونقتها الجديدة مدة
طويلة ...
لوكس يعطي رغوة وفيرة في
الماء البارد بمنتهى السرعة



LUX

إذا كنت تأمنين على ملابسك في الماء كذلك في رغوة لوكس

حافة الديكولتيه الوجه على
الوجه وعلى طرف الحمالات
وربة من نفس القماش
عرضها ٥ سم تقريبا .

أغزى حول الديكولتيه
ثم اسلتي الوربة على الظهر
مع الطوى تماما على الخياطة .
وسوف تثبت هذه الوربة
بغزة طويلة مناسبة دون
الخياطة على الوجه . وان
طرف الحمالات تكون بهذه
الطريقة بين سمكى القماش .
اعمل للفتحة التي في الجهة
اليسرى دخلة مخاطة على بعد
نصف سم من الثنية .
وخطى السوستة باليد .
على أن تكون حلقتها في
أعلى .

الجونيلة :

أقلى الجونيلة بخياطة .
ثم مررى من أعلى على بعد
سم واحد من الطرف
فرانجتين بين الواحدة
والأخرى نصف سم .

ضيقي الفرانجات أو
الكشكشات بحيث تحصلين
على عرض أسفل الكورساج
وثبتها . ضعى عندئذ
الكورساج الى الجونيلة
بخياطة معمولة على القفا ،
على الفرانجة الاولى بحيث
تظل الفرانجة الثانية ظاهرة .

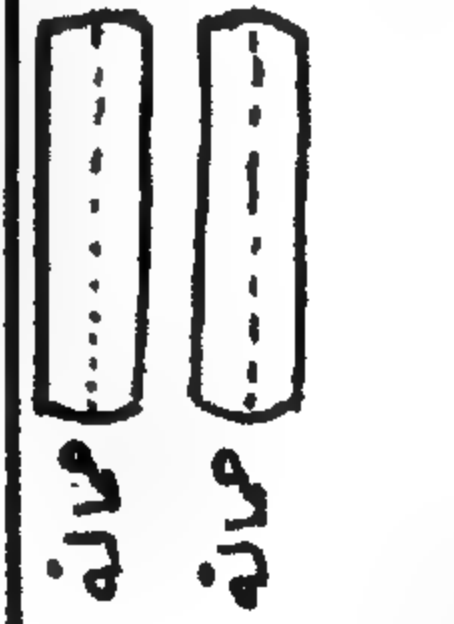
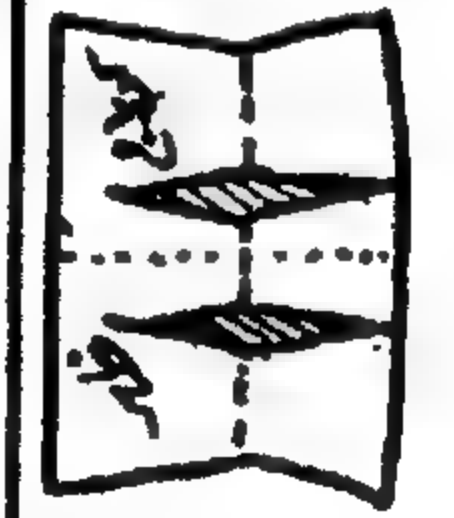
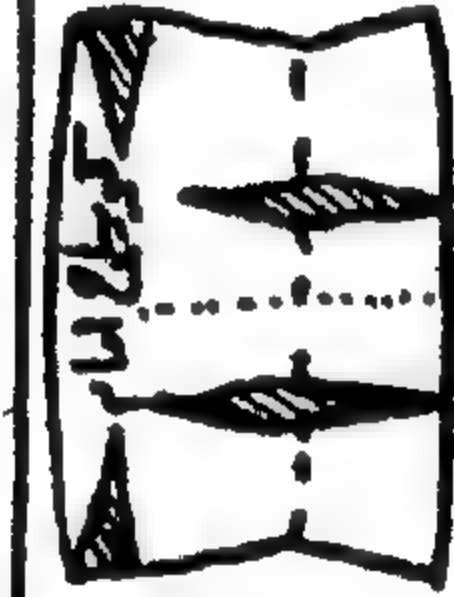
خياطة الجونيلة توضع
في منتصف الظهر .

دورى الفستان واكمله
بأورليه .

الايشارب

الايشارب ينتهى بأورليه
حوله . ويمكن خياطة هذه
الأورليه بماكينة الخياطة أو
باليد حسب رغبتك .

الجونيلة



الوجه واكوى . ضعى كل
حمالة الطرف على الطرف
والوجه على وجه الكورساج
فى المكان المطلوب وسرجى .
اعمل هذا الشغل للامام
وللظهر . ثم سرجى عند

بیکران فضل الصیف

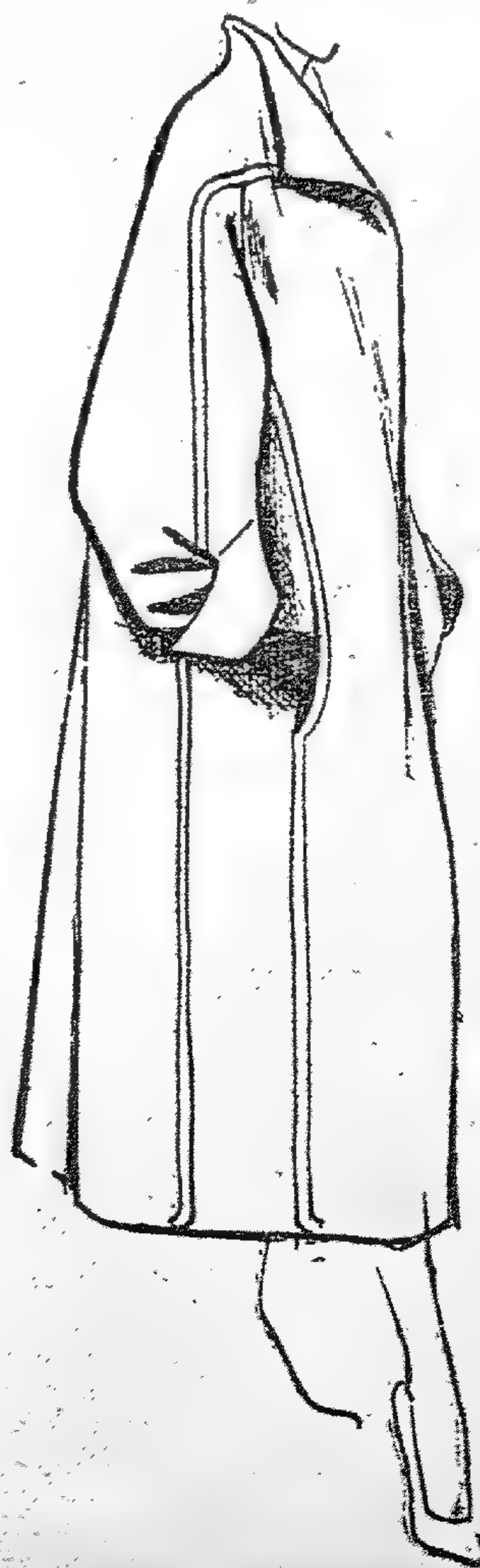
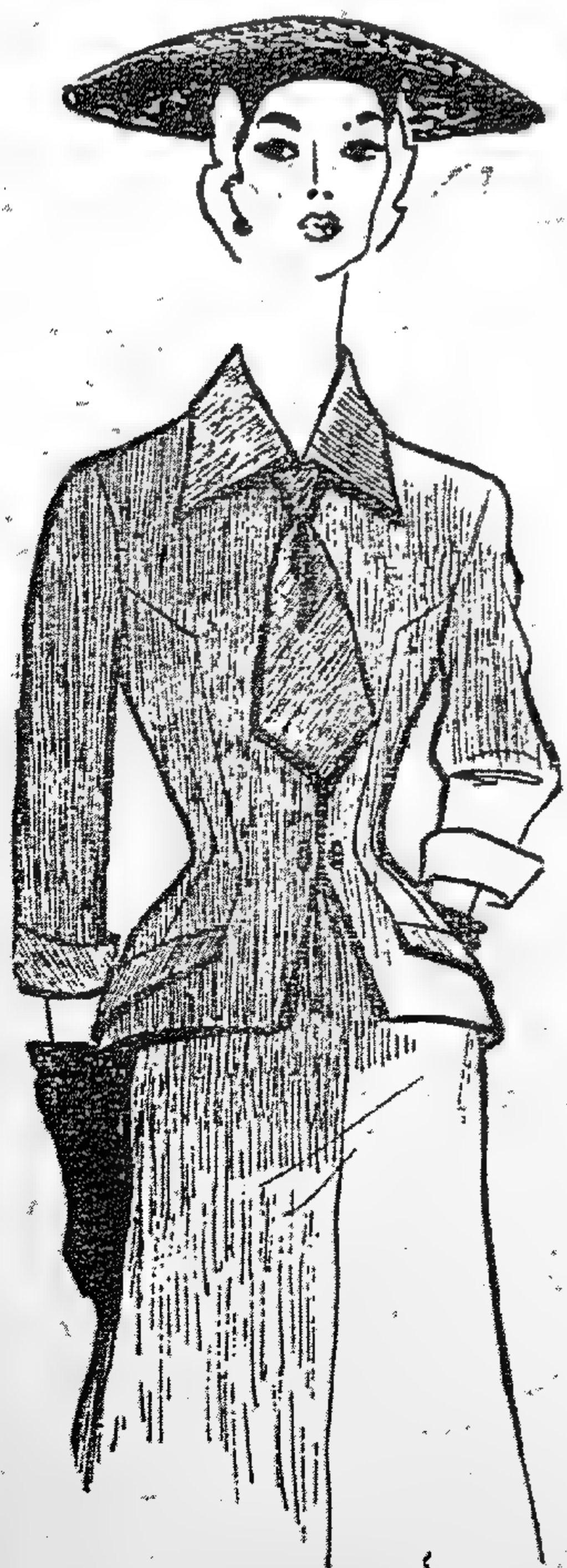
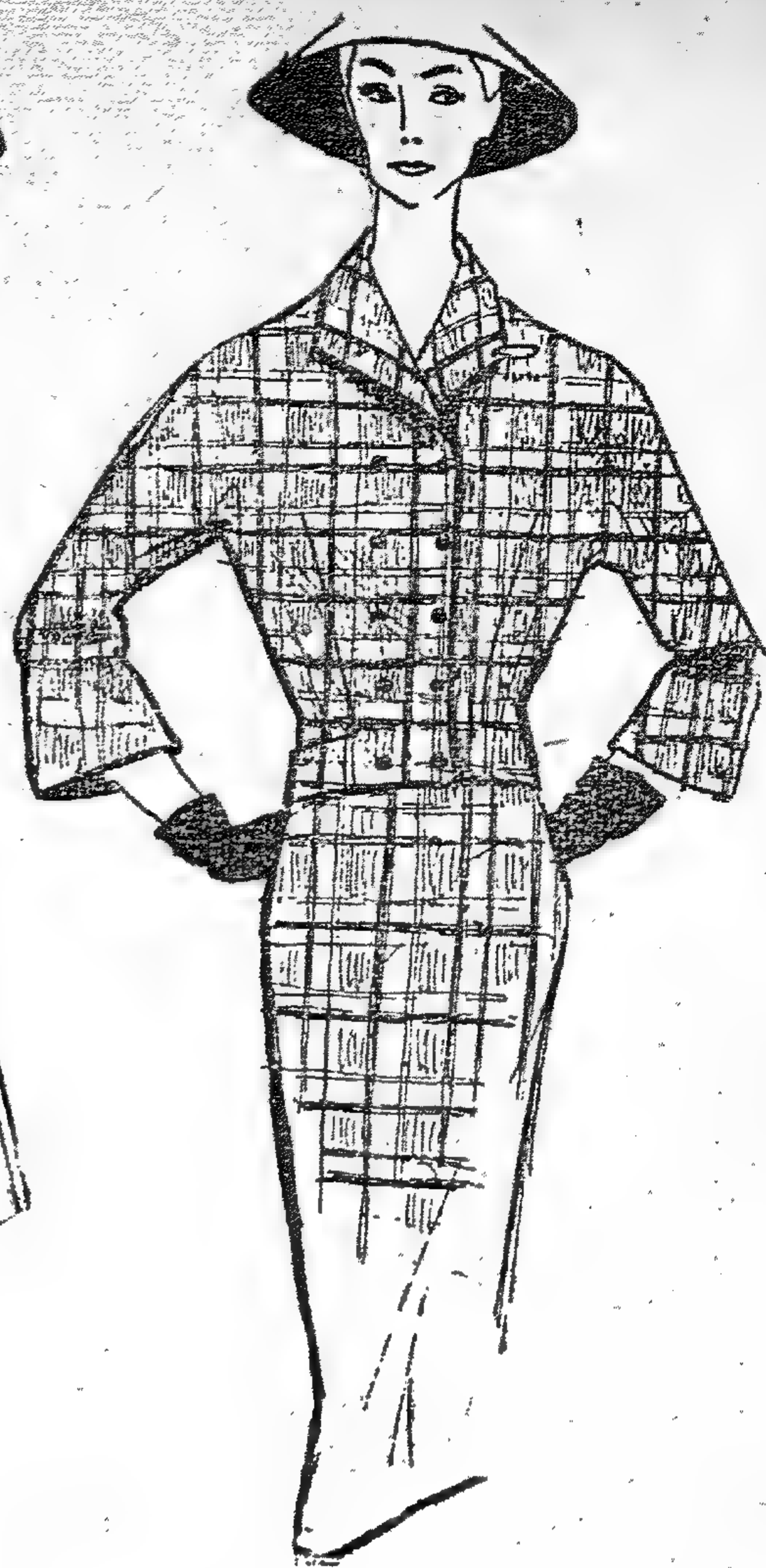
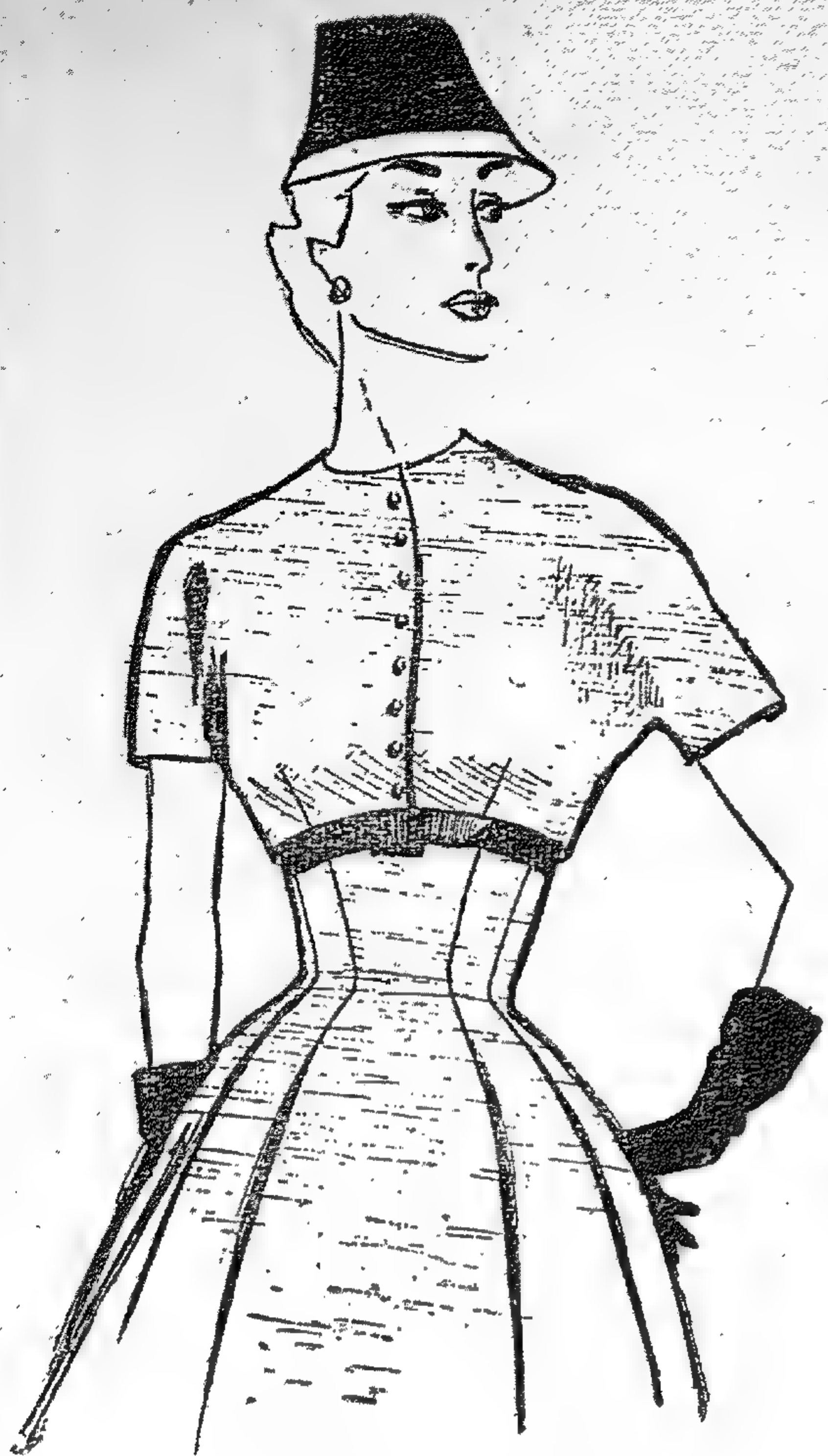


آخر
مبتكرات
هذه
الموسم



ازياء
لكل
المناسبات
اختارى
منها
ما
يحلو
لك







قمّاش الموسلين الخفيف



الى اليمين : يعتاز هذا الثوب
بديكولتيه باتو وهو مصنوع
من قمّاش الموسلين الكحل .
ويلاحظ ان الجونيلة بليسيه
وتنتفح من اسفلها وكانتا كلس
وردة يانعة . والى اليسار
يقدم جالده جريف ثوبا من
قمّاش السوير لورجانزا الكحل
الخصر مرتفع او يبدو وكأنه
مرتفع . ويحل الثوب زهرة
وشريطان من الساتان الجونيلة
محلاة بوبرة تظهر الاورليه



بعد الظهر وسهرات المساء

جاء جريفي





الصلحة اليمنى : ثوب للسهرة لجاه جريف • الكورساج بديكولتيه وحملتين • الخصر ضيق والجونيلة عريضة • الصلحة اليسرى : الثوب الى اليمين من ابتكار صانع الازياء المعروف ديفيون • انه من قماش الجباز المطبوع بالاصفر • الكورساج مكشكش تحت قصة • الجونيلة واسعة جدا ولها ثنيات عريضة • اما الثوب الاخر فهو من ابتكار جاك جريف ويمتاز بجزء طويل • وقماشه من التافهات المطبوع • الجونيلة مكشكشة على الردفين • الياقة مقودة على مثبت العنق • الاكمام قصيرة جدا

البليسيه والدرابيه للصيف

ماديلين دي روش



ان هذا الثوب المكون من بلوزون ديكولتيه حتى مبدأ العنق مصنوع من الحرير الفليظ المعروف باسم شهرزاد • الجونيلة بليسيه • الحزام من الجروجران • اما نينا ريتشي فتقدم لنا هذا الثوب المصنوع من قماش السوراه المطبوع • الجونيلة درابيه ومسلية بعض الشيء •



لیثا ویشی





دانیلے اور جانکی



اختر بالنسبیا لهذا الثوب
الرائع دانتیلا مطرزة ودرایسه
ومكشكشة على ثوب ذي كورساج
مرفوع الى الكتفين بشرائط من
الساتان الاسود . ويمتاز ثوب
بیبر باللان بأنه محل بتطريز ناعم .
وان انتقلنا الى كورساج ثوب هو بیبر
دی جیفنشی وجعلنا انه مصنوع من
الاورجانای المطرز وله حمالتان
مزبوجتان .



الافمسة شجرة



جاكولين جودار

نينا ديتشي

يمتاز الثوب الذي صنفته نينا ديتشي بأن له ياقة بلوين درابيه
لتزيد من حجم كورساج الثوب الضيق من قماش الشاتونج المطبوع.
الديكولتيه على هيئة زاوية عند الظهر • وتقدم جاكولين جودار ثوب
برانسيس من الساتان المطبوع ودرابيه على الكتفين ومزود من الامام •
الجيوب بالورب



ان هذا الثوب الجميل
مصنوع من القطن
المصري طويل السيلة •

جودتها سر نجاحها



٧ ١/٢ قدم
مكعب



ايدىال

تخفيض من شلاجتها الكهربائية الى

١٢٠
جنيها
نقداً

شروط بريرة للتقسيط ٩ جنيهات دفعة أولى
وه جنيهات شهرية لمدة ٢٥ شهراً

مضمونة ٥ سنوات
تسلم بقل ومفتاحين بدون مقابل
مصنوعة بتفصيل من شركة بوش ومجهزة بمحرك بوش

جودتها
سر
نجاحها

ايدىال

الشلاجة
الكهربائية

في متنا
الجمية

القاهرة ٢٨ - شى عدي ٨ - شى ٢٦ يوليو - ١٦ شى عماد الدين - ٢٤ شى شبرا - ١٧ شى ابراهيم اللقاني - مصر الجديدة
الاسكندرية ٥٩١ - شى سعد زعزاع - ٣ شى محطة مصر - ٣٢ شى شريف - ٥٢ شى صفية زغلول
بورسعيد - السويس - الاسماعيلية - طنطا - دمنهور - الزقازيق - بلقاس - المنصورة - المنيا - اسيوط



استرعى هذا الطقم الأنظار في حفلات عرض أزياء الشاطئ .
انه من قطعتين ومن قماش القطن المطبوع طويلا التيلة .

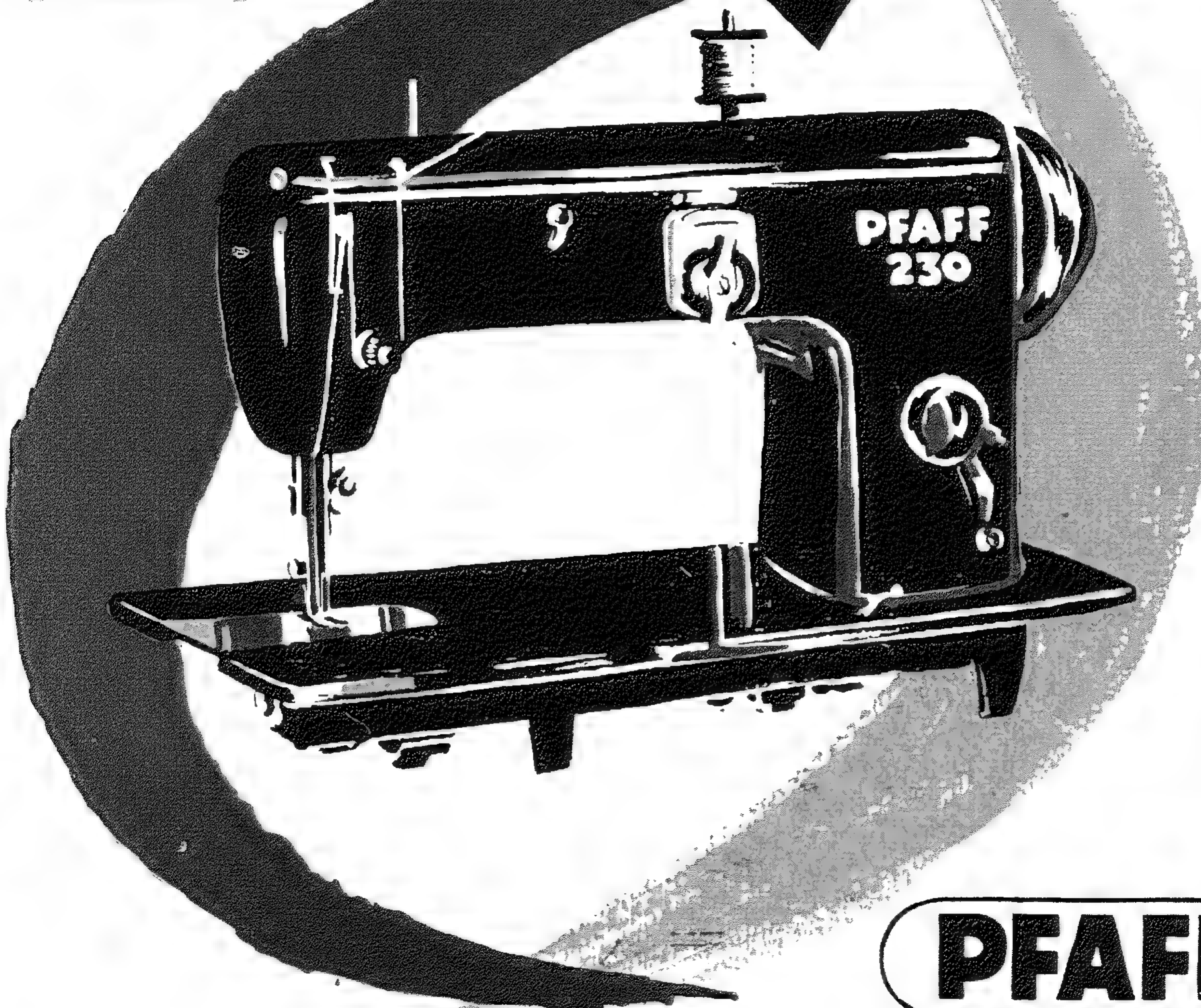
طقم مكون من قطعتين للشاطئ، والنزهات البحرية • البسول اوفر
من التريكو الخفيف • اما البنطاون فضيق وهو من التيل الكحلي •





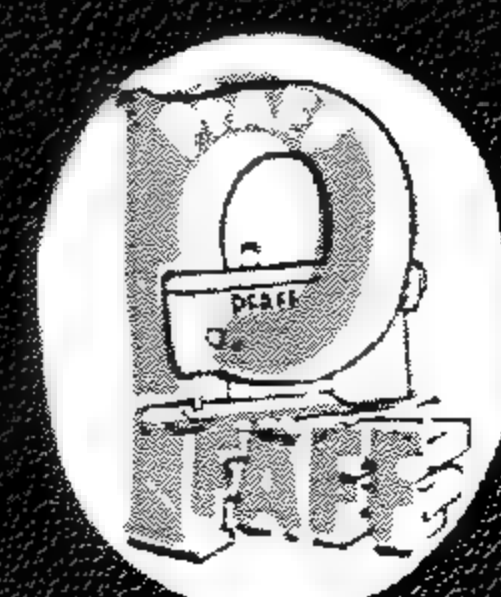
توفر الوقت
والتكاليف

ماكينة الخياطة فافت



PFAFF

الوكلاء الوحيدون :
ق.م.م. سلقاجو وشركاه
٩ شارع توفيق - القاهرة
٢٦ شارع سيدى مقول - الاسكندرية
١٩ : ١٠



بور سعيد : ناصية شارعى دجلة والجيش

منے مٹکرائے
جانے دیسیک





هذا الثوب الرائع من صنع
كريستيان ديور - انه لسهرات
الصيف

نيابتة للسهرة...

من البروديه ...



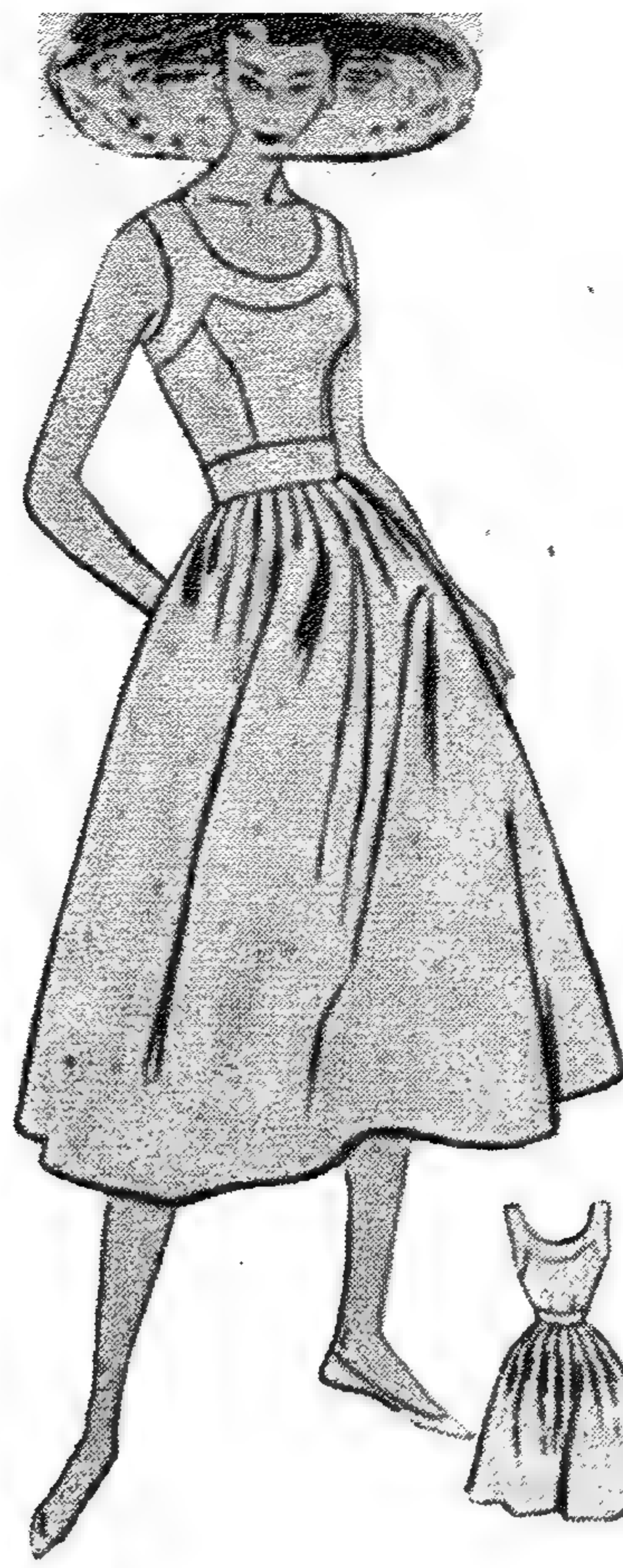
وهذا ثوب آخر من ابتكار
كريستيان ديور انه من قماش
البروديه

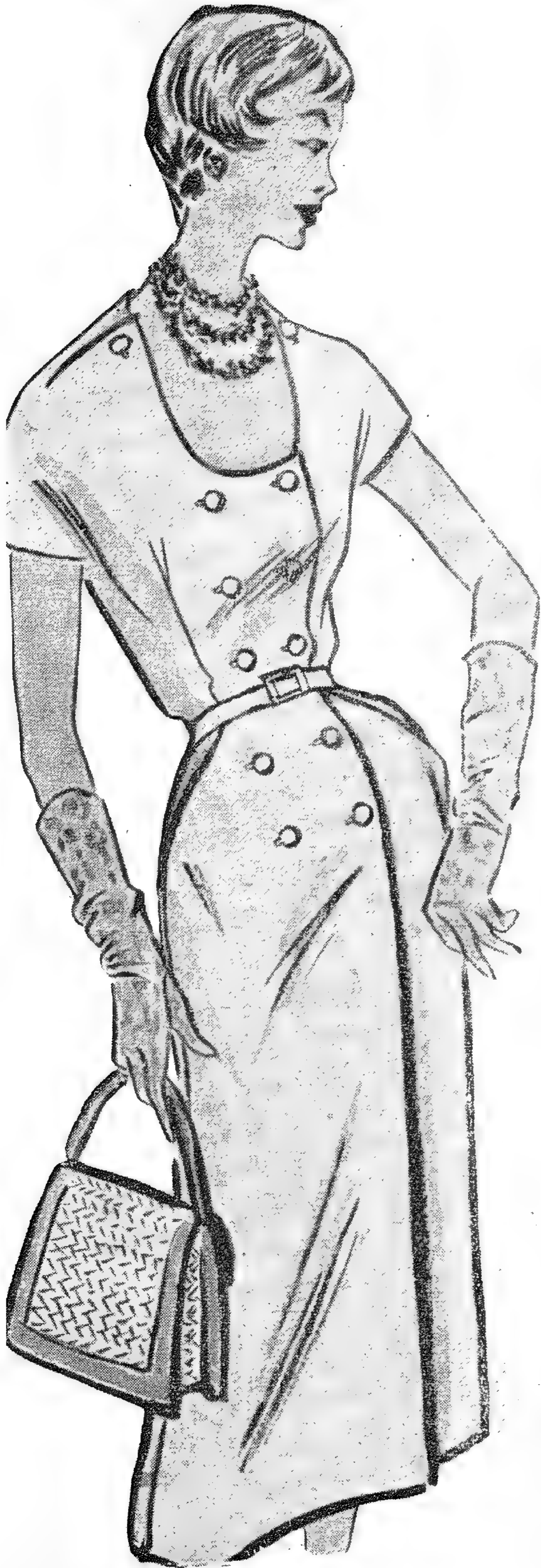


ما رأيك في هذه الفساتين
البسيطة ؟ لقد صممت لكي
ترتدي لكل يوم • اختاري
لها قماشا قطنيا مطبوعا أو
سادة • ان تفصيلها لا يحتاج
منك الى كثير عناء • لاحظي
أن الثوب الثالث يصلح لان
يرتدي على البلاج أو في
طريقك اليه • ويمكنك أن
تصنعي له بوليرو صغيرا
لتغطي به ذراعيك وكتفيك •
أما الفستانان الاخران فهما
يرتديان في المدينة صباحا •
ويجوز ارتداؤها لبعـد
الظهر حتى غروب الشمس



وهذه القسيتين - الأربعة من
ابتكار جان لافوري • أولهما
للبلّاج وثانيهما بكورساج
ضيّق وثالثهما بأكمام ثلاثة
أرباع ورابعهما مصنوع من
قماش ذي مربعات





بوليرو كيمنو دراييه •
جونيلا عدلة • ازرار
عل شريط • وثوب
اخر باكمام كيمنو امام
ورجلان في الظهر



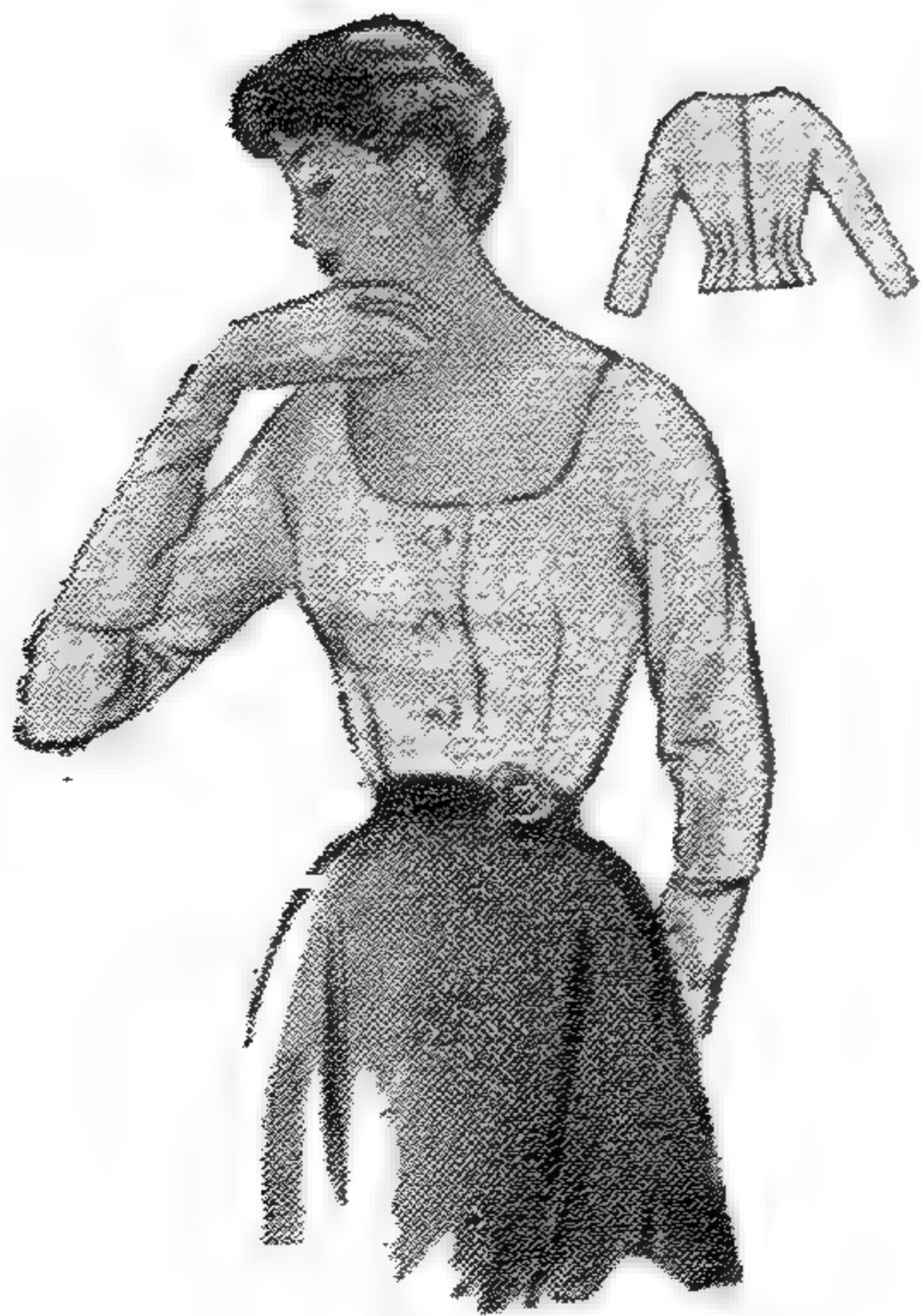


ثوب شيميزيه مزرد
من الامام • بلاسترون
مطعم • الثوب الثاني
بكورساج ضيق •
جيوب مودوبه

للصباح...

كورسليه مقوى بالباليين
سبنسر مزور من الامام
جونيلا بليسيه





كورساج كيمنو • جونيلا
 بيانوهات مستديرة
 كورساج كيمنو مزود
 من الامام •• سويتير
 باكام كيمنو • جونيلا
 عسيلة





الترايكت لفصل الصيف



الى اليمين : ثوب للسهرة
من ابتكار جاك فات مصنوع
من الفاي المطبوع بزهور
كبيرة الحجم . أما الثوب
الذي في أعلى هذه الصفحة
فهو من قماش التفتاه .
الارضية حمراء غامقة مطعمة
بحبات بيضاء . ويقدم
شانييل في أسفل الصفحة
ثوب تواليت اختار له قماش
الدانتيل الوردي الباهت .
وضيق كورساجه وعرض
جونيته

الأطفال في الصيف

هذه مجموعة جميلة لستة فساتين • انها لبنات في سن الرابعة والسادسة والثامنة والعاشر والثانية عشرة والرابعة عشرة • اختاري أقمشتهن من الأقمشة ذات الألوان الزاهية ومن الأقمشة التي لا تنكمش من الغسيل



اعمل حساب العمام
القادم • اتركي احتياطيا
لتطويل الثوب وتعريضه



هذا الثوب الرائع
من تصميم
كريستيان ديور .
لقد صنعه من قماش
«الجاز» المبطن
بالحرير . أما
المعطف فهو من
قماش سميك بعض
الشيء ومطرز بزهور
تناسب فصل
الصيف



فيليبس اورينيت

در اكل منزل سعيد نظيف

منتجات فيليبس

دوفار

على أساس مادة الليندين الحديثة
لإبادة الحشرات المنزلية

أحدث المساحيق والسوائل
لإبادة كافة الحشرات
التي تنشر الأمراض
الفتاكة بين الناس

يرضع المسحوق في المرات والأركان
والشقوق التي تؤدي الحشرات

في حالة استعمال المبيد الحشري
بالرش يجب غلق جميع
المنافذ والفتحات

سريع المفعول
بألف الأثر

استعمله الآن لتضمن
الصحة والراحة والهدوء

روكسا سكت رقم ١ و ٢

الطبيب العام والصيدليات ومخازن الأدوية

فيليبس تساهم في بناء عالم أوفر صحة



حظك هذا شهر

تحطم هذه السعادة التي بنيتها
بنفسك بعرقك وبدموعك .
وأعصابك في حاجة الى جو بعيد
عن كل ضوضاء . وفي عملك فان
النجاح سوف يتوج مجهوداتك .



من ٢٠ فبراير الى ٢١ مارس (ظهرا)
لا تنساق وراء عواطفك . ان
الفشل الذي أصابك يجب أن
تتخذه درسا يعود عليك بالنفع
أما البكاء فانه سبيل الضعف
الذين لا شخصية لهم . وزوجك
لماذا لا تحيطه بسياج محبتك انه
في حاجة اليك فلا تهمله والا
بحث عن شخص آخر يعطف عليه
.. أما صحتك فانها معرضة لبعض
المتاعب . ان أصبت بدوار فاعلم
انه ناتج عن الكبد .

من ٢٢ ديسمبر الى ٢١ يناير
لا تثق كثيرا بمن يظهر لك
نعمود الود والحنان فقد يكون
مخادعا . وان كنت متزوجة فايك
أن تظهرى لزوجك عدم ثقته به .
كوني لطيفة معه ليعود اليك ثانيا
نادما . أما صحتك فهي على خير
ما يرام ولكن دورتك الدموية في
حاجة الى بعض العناية بين حين
واخر . وفي عملك حاول أن تقلل
من غلوائك والا تحطمت مشروعاتك
الواحدة بعد الاخرى .

من ٢١ يناير الى ٢٠ فبراير (ظهرا)
احتفظي بهدوء أعصابك طول
هذا الشهر والا شجر بينك وبين
من تحبين خلاف لا يمكن اصلاحه .
أما ان كنت متزوجة فان منزلك في
حاجة الى شيء كثير من هديتك .
ان عاصفة تقف بباب بيتك .
أوصدي لها الابواب ولا تتركها

من ٢٢ أغسطس الى ٢٣ سبتمبر
اتفاق تام في الحب وفي الزواج
ان عرفت كيف تعالجين الامور
بكياسة وبتعقل . وفي منزلك كل
شيء سوف يسير على ما يرام لانك
أدركت أهمية الدور الذي يمكن
أن تلعبه المرأة في الأسرة . انه
دور خطير في حاجة الى تعقل
ورزانة . اياك واهمال جهازك
التنفسي ان أردت أن تطردى الصداع
الذي ينتابك بين يوم واخر .



من ٢٢ سبتمبر الى ٢٣ أكتوبر
اياك واللعب بالنار ، أقصد
بمواطن غيرك . كوني صريحة معه
وان كنت متزوجة فايك والغيرة .
انك تحطمين قلبك وقلبه ولن يبقى
لك سوى الحسرة والندم على
ما فات . كوني حريصة وضاعف
من انتباهك وأنت تعبرين الطريق
ان أردت ألا تقع لك حادثة . وفي
عملك ضاعف من مجهودك لتتالى
مكافأة سخية .

من ٢٣ أكتوبر الى ٢٢ نوفمبر
انك في حاجة أن تموضى مافات
ان فشلك في الحب سببه طبعك .
ولكن هل في استطاعتك أن تغيري
من طبعك ؟ قد يكون ذلك ممكنا
ان لجأت الى اراتك وشجعت
همتك . وان كنت متزوجة فسان
زوجك في حاجة اليك ، في حاجة
الى عطفك ، استريحى فان الراحة
تعيد اليك صحتك . أما في العمل
فانك متضايقة ماليا . ولكن هذا
الضيق لن يلبث أن ينفجر .



من ٢٢ نوفمبر الى ٢٢ ديسمبر
كوني قوية الارادة والا وقعت
فريسة لشخص يستهويك بمعسول
الكلام ولا يريد منك أكثر من تمضية
وقت . أما سوء التفاهم الناشب
بينك وبين زوجك فسيببه أنت
وحده . انه في حاجة الى شيء من
السياسة . وقد تعرضت كليتك
لبعض الأوجاع . بادري بعلاجها
قبل أن يستفحل المرض . وأعمالك
في الاخرى في حاجة الى مجهودات
كبيرة .

من ٢١ مارس الى ٢٠ أبريل (ظهرا)
هل تريد أن تضمنى سعادتك؟
حاولي خلال هذا الشهر أن تنسقى
بين العاطفة والقلب . وان كنت
متزوجة فان التفاهم سوف يسود
جو بيتك . ان صحتك في حاجة
الى تغيير الجو والتغذية والراحة .



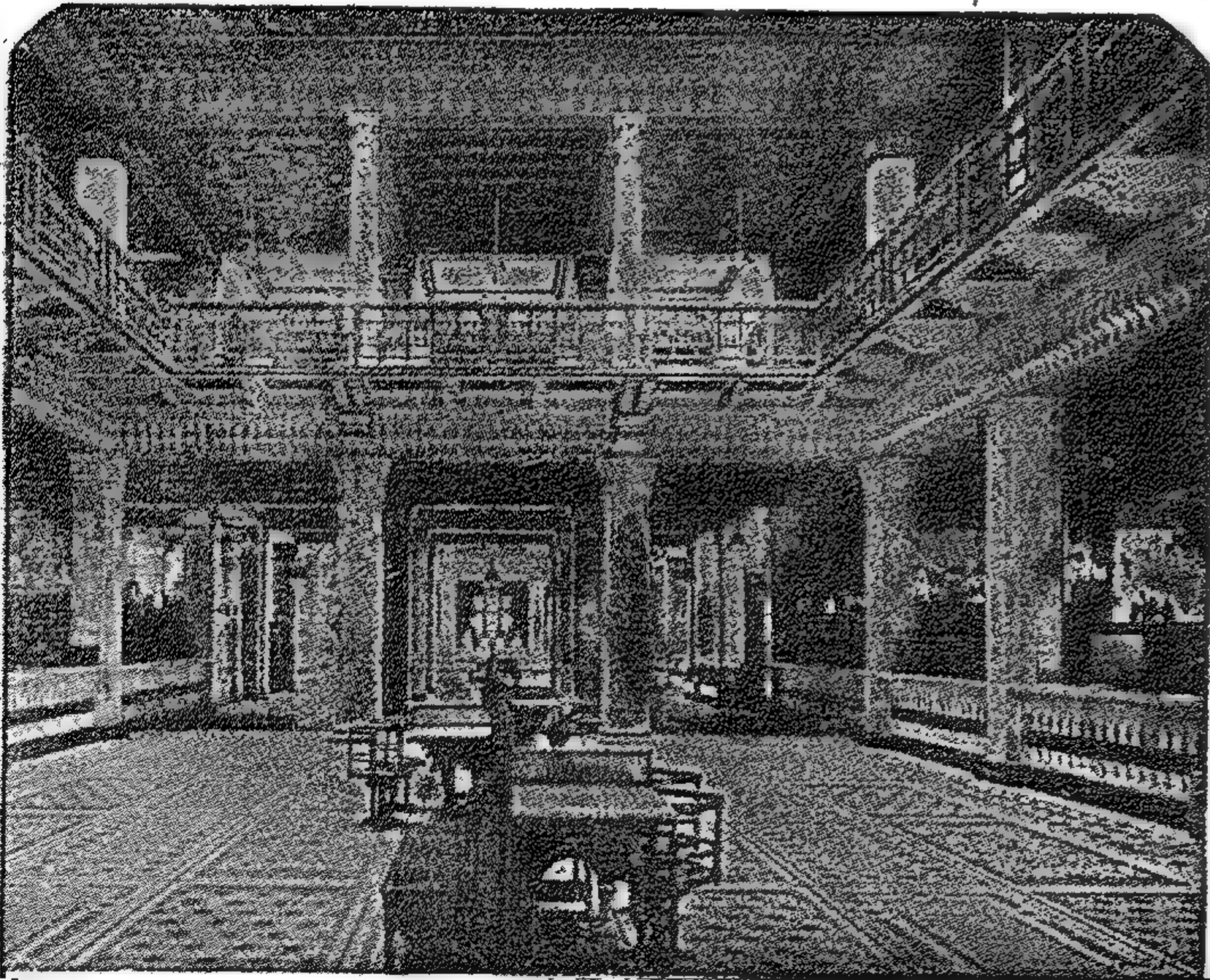
من ٢٠ أبريل الى ٢٠ مايو (ظهرا)
ان البهجة تحيط بك طوال هذا
الشهر وخاصة تلك البهجة التي
تنبع من القلب . قاومي كل
العوامل المعكرة للجو العائلي .
وراقبي جهازك الهضمي . انه في
حاجة الى عنايةك ولا مانع من اتباع
نظام غذائي معين . اديري أعمالك
بما لك من خبرة وحسن دراية
من ٢٠ مايو الى ٢١ يونيو (ظهرا)
حاولي أن تكبتي هذا الاندماج
العاطفي الذي يجعلك تندمين على
كل ما تفعلين . كوني حليلة ، لا
تفضيى والا صدر منك ما لا يمكن
اصلاحه بسهولة . ان صحتك في
حاجة الى الراحة . الراحة بعيدا
عن ضوضاء المدينة . أما أعمالك
فلا تفكرى فيها



من ٢١ يونيو الى ٢٢ يولي (ظهرا)
ان كنت تريد أن تكوني موضع
حب غيرك لك يجب أن تقلعي عن
هذا الكبرياء المكروه وهذا الغرور
الذي لا فائدة منه . أما ان كنت
متزوجة فيجب أن تضاعف عنايةك
بأولادك والا نشأوا على خلاف
ما يجب أن ينشأوا . وان أردت
المحافظة على صحتك يجب أن تتفادى
الارهاق والا عرضت قلبك للمرض .

من ٢٣ يولية الى ٢٢ أغسطس

لا تكوني خيالية الى هذا الحد ،
ان أردت ألا تصدمي في عواطفك
وشعورك ، وان كنت متزوجة يجب
عليك أن تتركى الانانية جانباً
لتفهمي فريق حياتك الذي يشقى
لاسعادك واسعاد أولادك . راقبي
كبدك ان الحر يزعجه والسمن
يشغل عليه . وان كان لديك عمل
قلا تبتي فيه الا ان كنت محتفظة
بهده أعصابك .

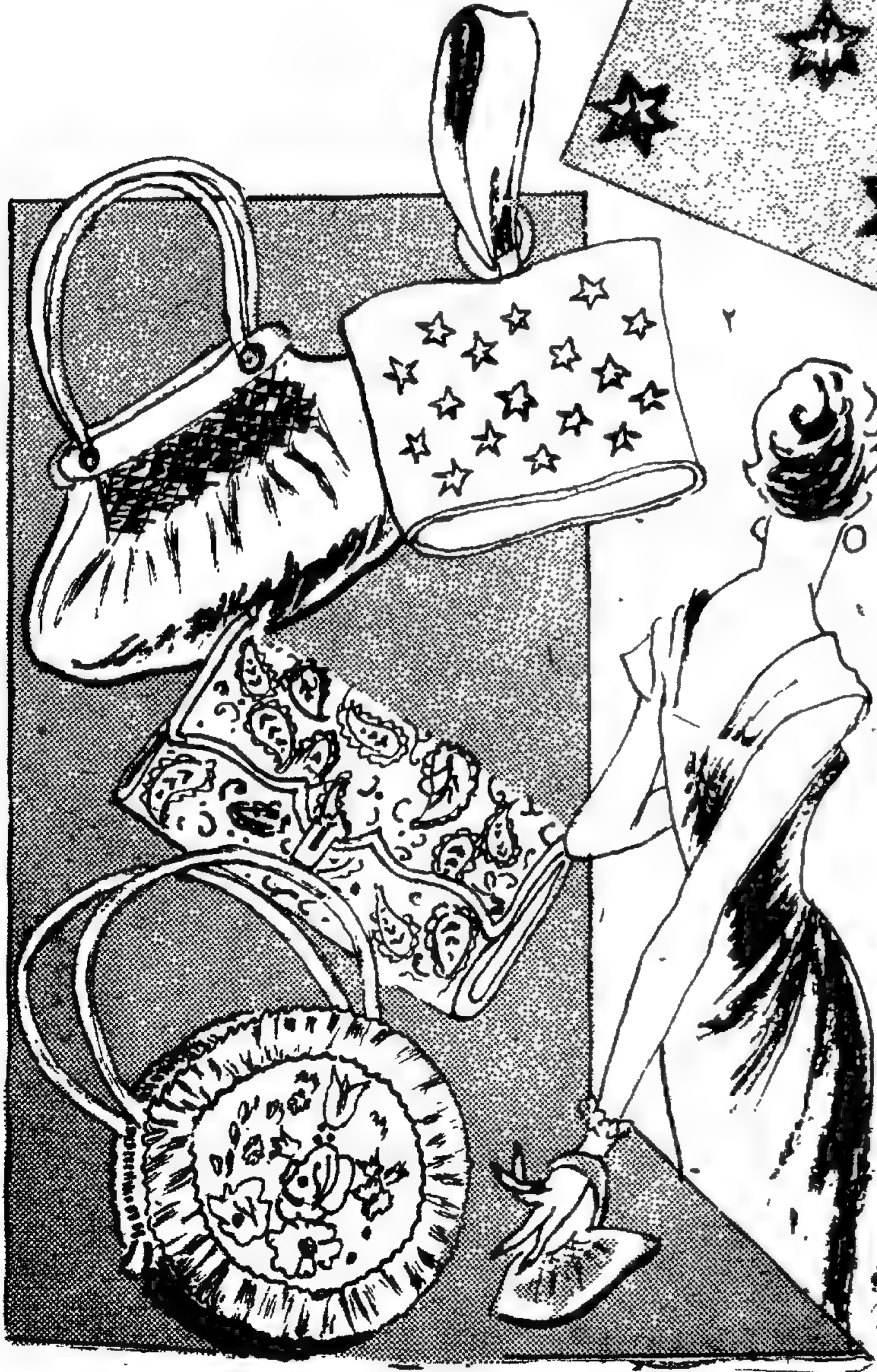
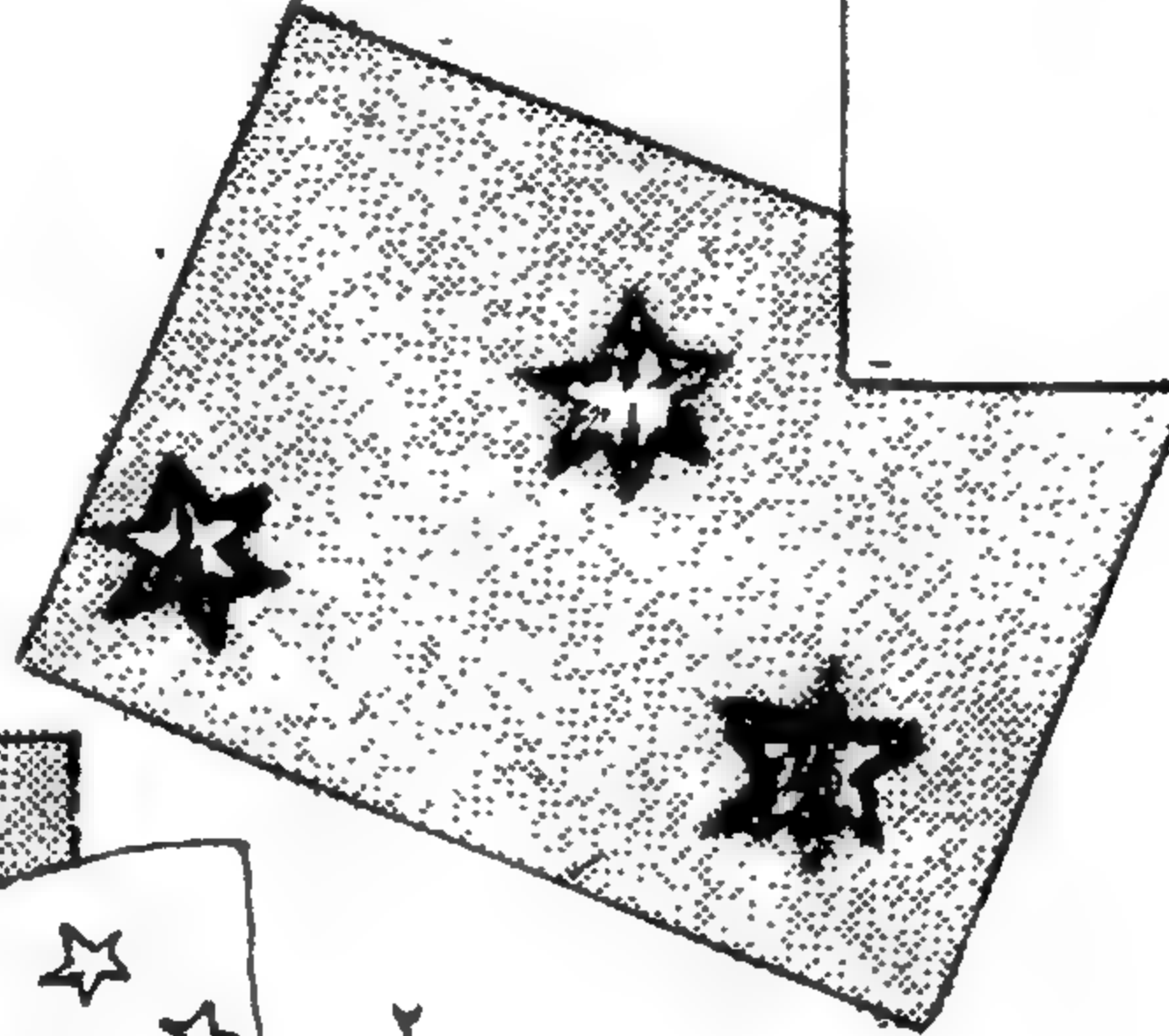
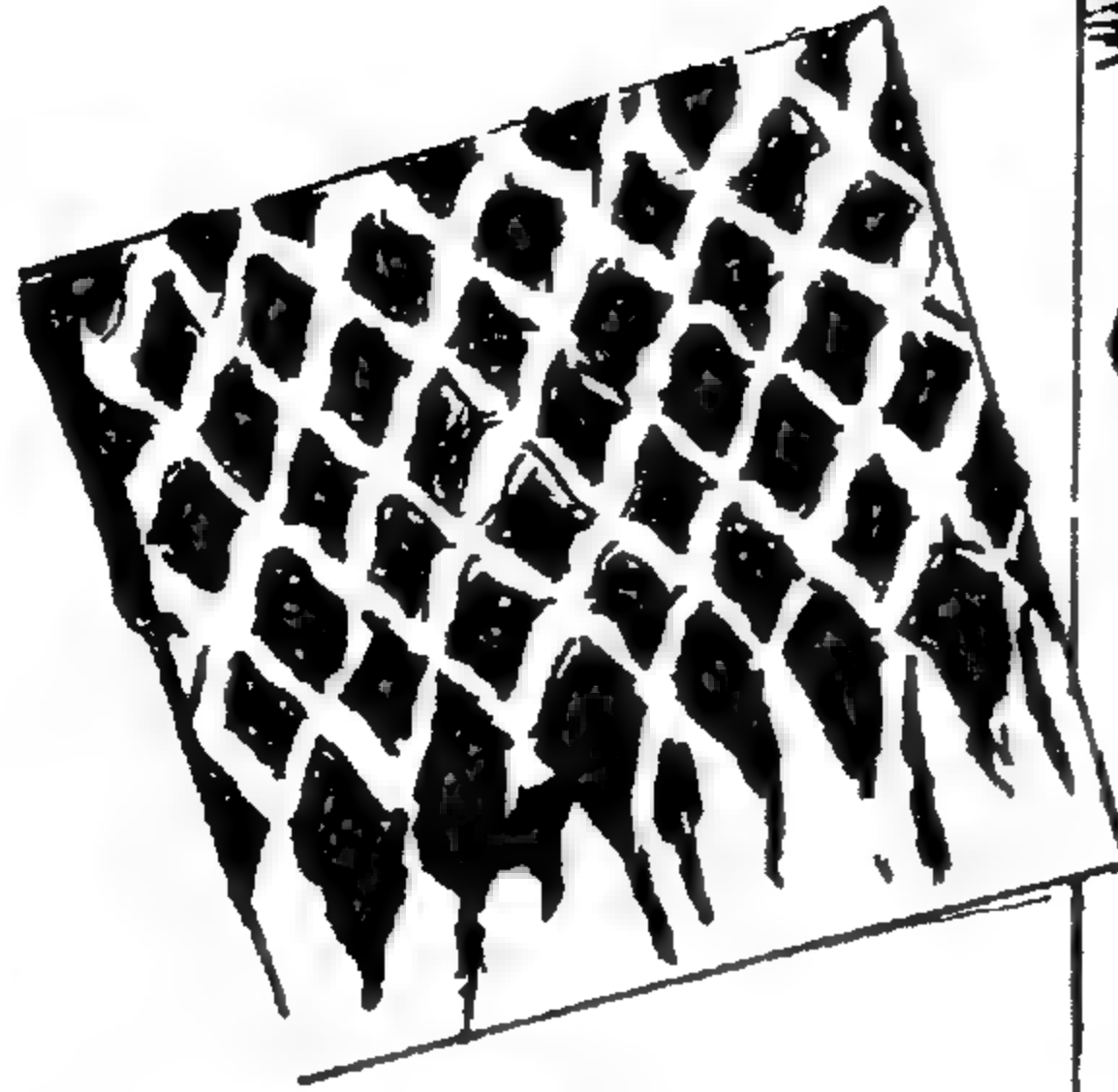


بنك مصر
البناء الذي رفعت العزة المصرية
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي
مؤسس شركاتها القومية
منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
وزوده بعواصم المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخاريج

منط تواليت اقنارى امرها

الشنطة ١ - تعمل من قمماش
القطيفة الحمراء وشريط من
الساتان الاسود *

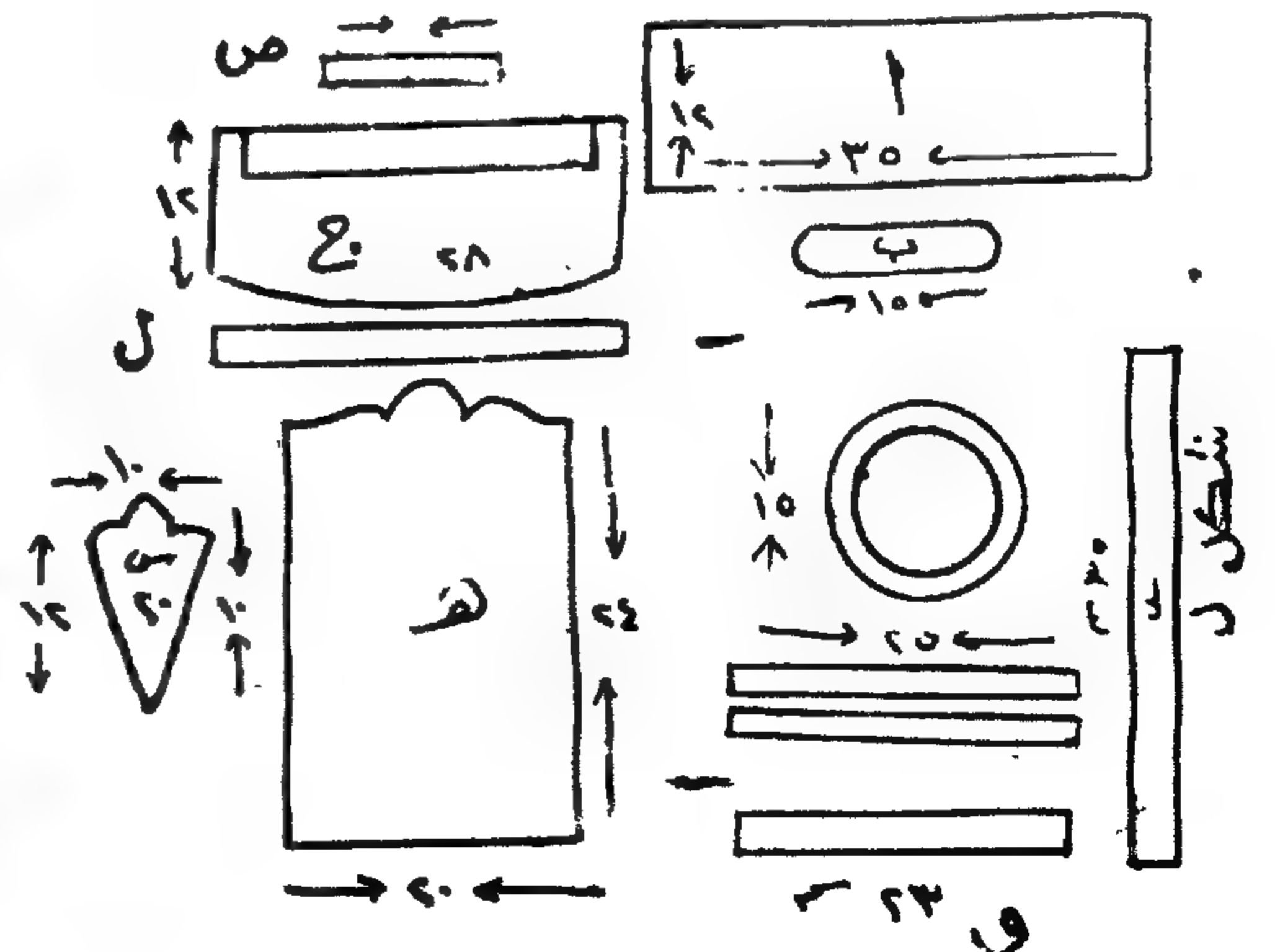
الشنطة ٢ - من الساتان او
القطيفة مزينة بقطع من المعدن
او الفضة وتتكون من ٣ اجزاء :
« الدوران » القاع « د » المقبض
يقفل الدوران ويثبت عليه القطع
المعدنية ويعمل فى القاع او الحافة
دون من الجاناش وتثبت فى منتصف
الحافة الامامية حلقة من العاج او
المعدن والخلفية شريط *

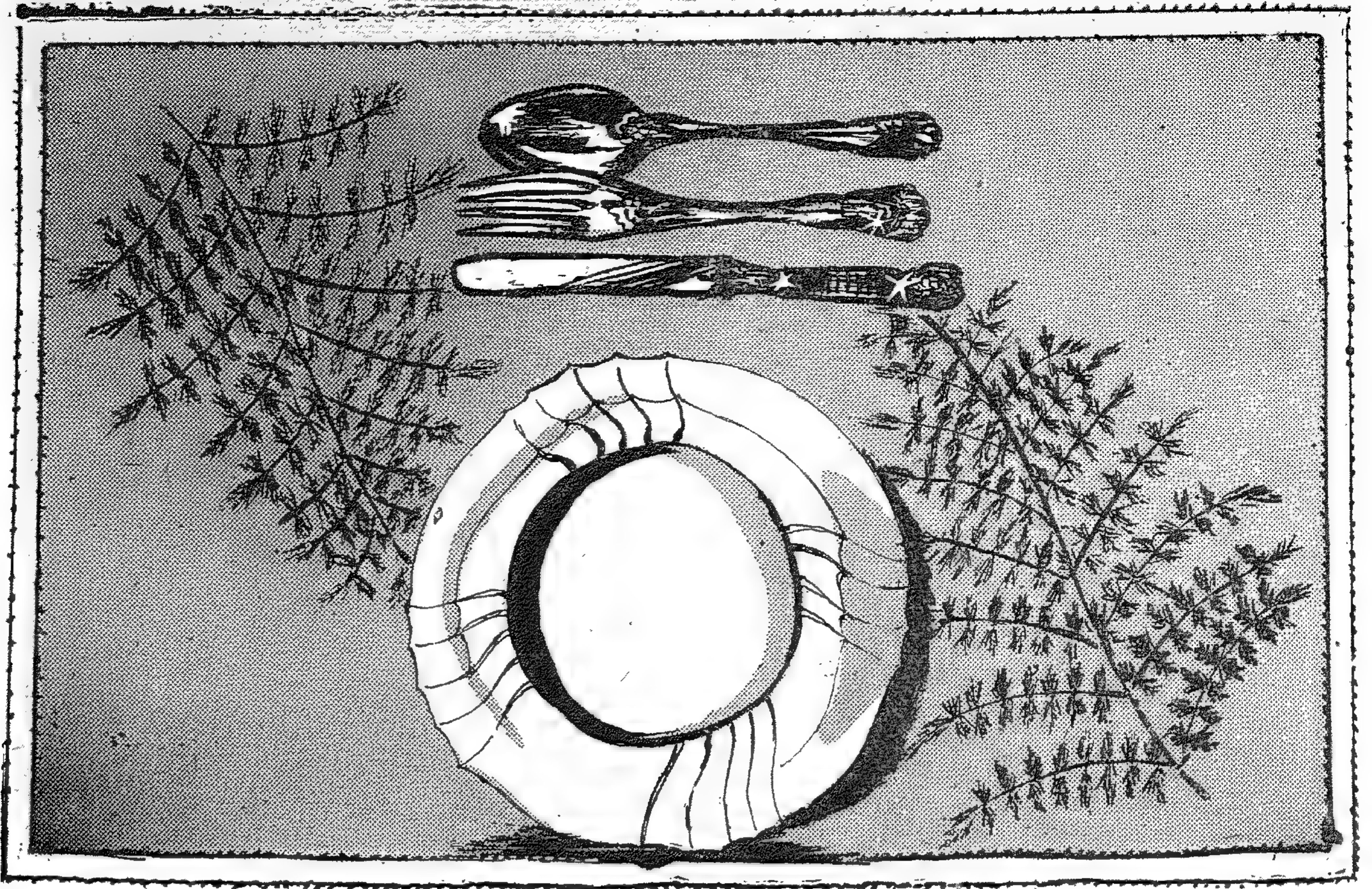


الشنطة ٣ - من الساتان او
القطيفة مزينة بفرزة عتس النمل
ولتنفيذها قصى قطعتين من (ج)
وقطعة من (ل) وقطعتين من (ص)
وتقصى قطعتين للجاناب تبع الرسم
(س) *

الشنطة ٤ - هذه الشنطة على
شكل محفظة يقفل مربع معدنى
وتقصى كما فى شكل (هـ) والجاناب
تقصى من قطعتين كما فى الشكل و.

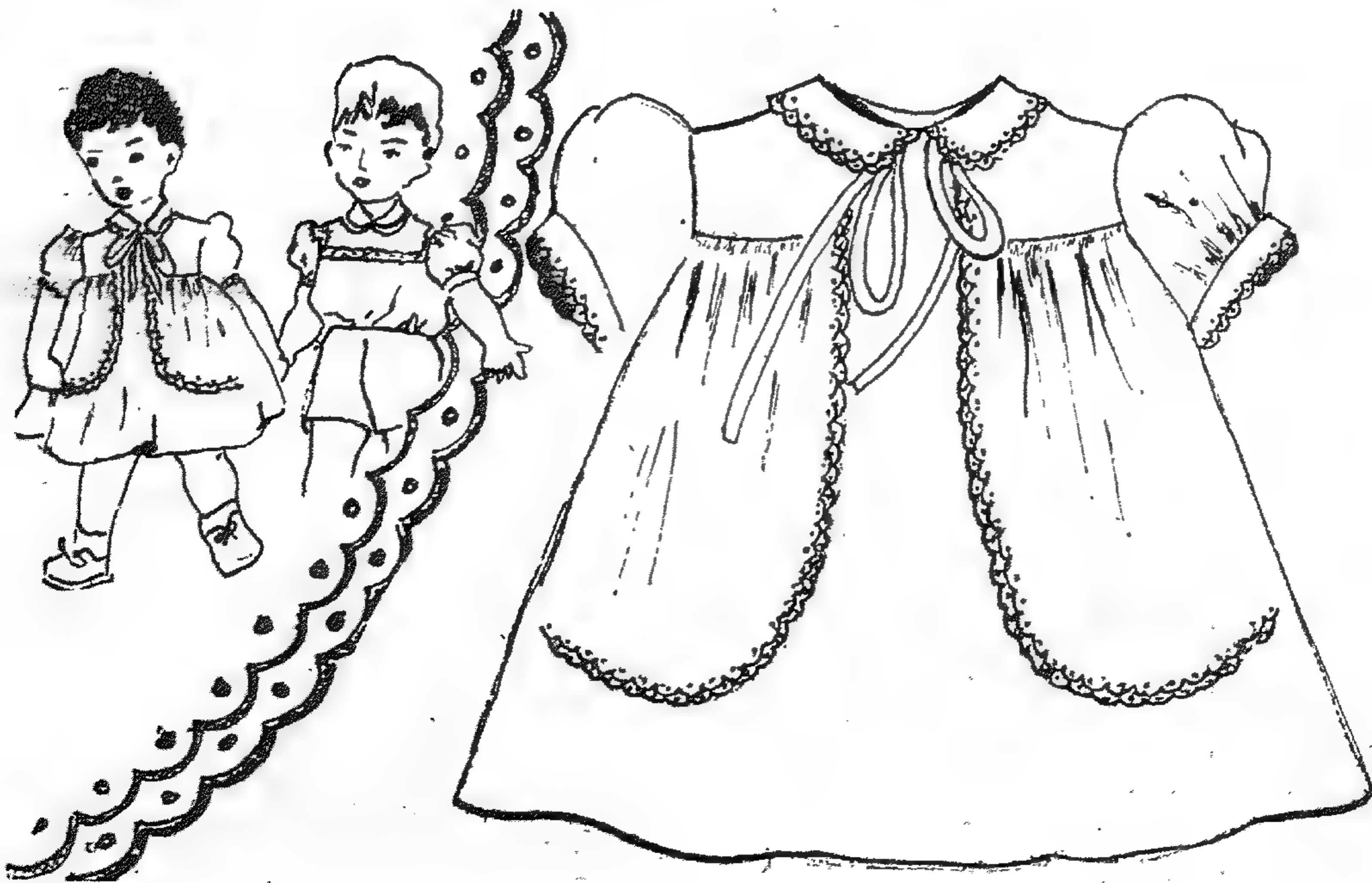
الشنطة ٥ - وهى على شكل
دائرة محاطة بشريط من الساتان
مكشكش عرض ٥ سم *





هذا مفرش مائدة صغير يصنع من التيل البيج مقاس ٥٥ × ٣٥ ويشغل بالخيط المألوفين الأبيض •
واستعمل عند تنفيذه غرز الفرع

يمكنك الاستعانة بالرسم التالي لصنع ملابس أطفالك حسب الوضع المناسب •
وهي عبارة عن غرز الفستون والبروديه





في أوقات فراغك اضغى بلوفر النساء

البلوفر

المواد اللازمة : ١٤٠ جراما « ٥ شل » من صوف باتونز بيهاف فنجرنج - ٣ قتل - أو صوف باتونز نايلوكس نيتنج أو باتونز بيريل هيدر فنجرنج - ٣ قتل - ابرتان نمرة ١٢ و ابرتان نمرة ١٠ ماركة بيهاف أو كوين بي مصنوعة حسب مقاييس بيهاف - سوستة مقاس ١٢٥ سنتي .
المقاسات : مقاس الصدر ٧٥ سنتي - الطول من أعلى الكتف ٤٣ و ٥٤ سنتي .

قوة الشد : ٧٥ غرزة و ٩٥ سطور لكل ٢٥ سنتي مربع على الابرتين نمرة ١٠ بغرزة عادية .
الاصطلاحات : ع = غرزة مدولة م = غرزة مقلوبة .

الامام

استعمل الابرتين نمرة ١٠ وعلى حافة الكم اليمين ابدئي ٤٨ غرزة وكسمي الحروف الاعلى والجواب كالآتي :

السطر ١ : ع

السطر ٢ : م

السطور ٣ و ٤ : كالسطرين ١ و ٢

السطر ٥ : زودي في الغرزة

الاولى : اشتغلي ع لآخر غرزة - زودي في آخر غرزة .

السطر ٦ : م لآخر غرزة -

زودي في آخر غرزة .

السطر ٧ : زودي في أول غرزة

ع لآخر .

السطر ٨ : كالسطر ٦

كرري السطور ٥ و ٦ و ٧ و ٨ مرتين .

السطر التالي : ع لآخر غرزة -

زودي في آخر غرزة .

السطر التالي : م لآخر - ابدئي

٤ غرزة .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر .

السطر التالي : م لآخر .

السطر ١ : ١٠٥ ع - ١١٥ م -

اسلتي غرزة بالمقلوب « مرة -

١ م

السطر ٢ : م

السطر ٣ : ع

السطر ٤ : م

السطر ٥ : ٩٩ ع - ١٠٩ م -

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من

١ م لآخر غرزة - ١ م

السطور ٦ - ٨ : اشتغلي بغرزة

عادية .

السطر ٩ : ٩٢ ع - ١٠٢ م

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من

١ م لآخر غرزة - ١ م

السطور ١٠ - ١٢ : اشتغلي

بغرزة عادية .

السطر ١٣ : ٨٧ ع - ١٠٧ م

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من

١ م لآخر غرزة - ١ م

السطور ١٤ - ١٦ : اشتغلي

بغرزة عادية .

السطر ١٧ : ٨١ ع - ١٠١ م

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من

١ م لآخر غرزة - ١ م

السطور ١٨ - ٢٠ : اشتغلي

بغرزة عادية .

كسمي للرقبة كالآتي :

السطر التالي : اقفلي ١٠ غرزة -

اشتغلي م لآخر .

السطر التالي : ٧٥ ع - ١٠٥ م

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري

من ١ م لآخر ٣ غرزة - ١ م -

٢ ع معا .

استمري على هذا النمط - نقصي

غرزة عند حافة الرقبة على كل

سطر الى أن تبقى ٩٠ غرزة وفي

نفس الوقت استمري في حركة

حرف ٧ : ٦ غرزة على كل سطر

رابع من الغرزة المسلوقة السابقة .

استمري بدون تكسييمات أخرى

عند حافة الرقبة ولكن استمري في

حركة الغرزة المسلوقة ٧ كالسابق

لغاية ما يتم شغل السطر « ٤٥

ع ١ م اسلتي غرزة بالمقلوب

- كرري من ١ م لآخر غرزة - ١ م

« هذا السطر هو وسط الامام » -

اشتغلي ٣ سطور بغرزة عادية .

السطر التالي : ٥١ ع - ١٠١ م

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري

من ١ م لآخر غرزة - ١ م

استمري على هذا النمط بشأن

تنقلي ٧ بخمس غرزة الى أن يتسم

شغل السطر « ٦٣ ع - ١٠٣ م -

اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من

١ م لآخر غرزة - ١ م

السطر التالي : م

استمري في حركة ٧ كالسابق

وكسمي للرقبة بأن تزودي غرزة

عند حافة الرقبة على كل سطر الى

أن توجد ٩٨ غرزة - ابدئي ١٠

غرزة عند حافة الرقبة على السطر

التالي .

استمري في حركة ٧ كالسابق

مرة « ١ م - استمري في غرزة

مادية الى أن يصبح مقاس الشغل

كمقاسه في النصف الاول من أول

أول سطر بغرزة مسلوقة الى آخر

تزويد وانتهى عند آخر سطر م

× × × وكسمي للجنب والحواف

العليا كالآتي :

السطر التالي : اقفلي ٦ غرزة -

ع لآخر .

استمري في تكسيم الحافة

الجانبية بأن تقفلي ٦ غرزة عند بداية

كل سطر ع مرة وفي نفس الوقت

نقصي غرزة عند الحافة العليا على

السطر التالي .

استمري في تكسيم الجانبي

الاعلى بأن تنقصي غرزة عند كل

سطر رابع من التنقيص السابق

ولكن اقفلي ٤ غرزة عند بداية كل

سطر ع الى أن تبقى ٦٤ غرزة .

السطر التالي : ٢ م معا - ع

للاخر .

وانت تكسيم الحافة العليا على

كل سطر رابع كالسابق نقصي

غرزة عند الحافة الجانبية على

السطور الاثنى عشر التالية .

اشتغلي ٣ سطور - اقفلي

بالمقلوب .

الخلف

ابدئي عند حافة الكم اليسر

واشتغلي كما اشتغلت للامام حتى

تصلي الى × × « ١٠٨ غرزة »

استمري على هذه الغرزة الى أن

يصبح مقاس الشغل ١١٢ و ٢٥ سنتي

من البداية .

كسمي الحافة العليا بأن تزودي

غرزة عند الحافة العليا على السطر

التالي وكل سطر ثاني عشر تال الى

أن توجد ١١١ غرزة « علمي هذه

النقطة بقطعة من الصوف الملون »

استمري على هذه الغرزة الى أن

يصبح مقاس الشغل كمقاسه عند

الامام الى السطر الاوسط وانتهى

عند آخر سطر ع .

اشتغلي الفتحة الوسطى كالآتي :

السطر التالي : اقفلي ٢٢ غرزة

- م لآخر .

السطر التالي : ع لآخر - ابدئي

٢٢ غرزة .

استمري في غرزة عادية الى أن

يتم شغل نفس الكميصة التي

اشتغلتها من الفتحة الوسطى الى

قطعة الصوف الملونة

٦٢

نقصى غرزة عند الحافة العليا
على السطر الثاني وكل سطر اثنى
عشر تال الى أن تبقى ١٠٨ غرزة .
استمرى على هذه القسرة الى أن
يصبح مقاس الشغل كمناسه فى
الامام الى بداية التكميمات الجانبية
وانتهى عند اخر سطر م .
كمل كالامام واشتغل من × × ×
للاخر .

الحاشية

استعمل الابرتين نمرة ١٢
وبوجه الشغل القطى ٨٨ غرزة على
طول الحافة السفلى للامام .
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى
٥٧ سنتى واقفل قفلا رخوا بشغل
مضلع .
كمل الخلف بنفس الطريقة .

حافات الكم

استعمل غرزة غير منظورة
وأوصل الحافات العليا . استعمل
الابرتين نمرة ١٢ وبوجه الشغل
القطى ٦٦ غرزة على طول حافة
الكم .
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى
٥ سنتى .
اقفل بشغل مضلع .

بنده الرقبة

استعمل الابرتين نمرة ١٢
وبوجه الشغل القطى ٩٦ غرزة
حول الرقبة .
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى
٥ سنتى .
اقفل بشغل مضلع .

التسريب

اتركى المضلع ودبسى الحروف
المستديرة واكوى باستعمال مكواة
ساخنة وقطعة قماش مبللة وبغرزة
غير منظورة . أوصل الحروف
الجانبية وركبى السوستة فى
الفتحة الخلفية . واكوى كل
الخياطات .

الجسكيت

المواد اللازمة : ١٩٦ جراما :
« ٧ شلل » من صوف ناتونز
نايلوكس نتج أو صوف باتونز
بيريل هيدر فنجرنج - ٣ فتل -
ابرتان نمرة ١٢ وابرتان نمرة ١٠
ماركة بيهاف أو كوين بى - ٧
زراير .

المقاسات : مقاس الصدر ٧٥
سنتى - الطول من أعلى الكتف
٤٥ سنتى .

قوة الشد : ٧٥ غرزة و٥٥
سطور لكل ١/٢ سنتى مربع
بغرزة عادية .

يمين الامام

استعمل الابرتين نمرة ١٢
وابدئى بهما ٤٢ غرزة .
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى
٢٥ سنتى .

انتقل الى الابرتين نمرة ١٠
واستمرى بغرزة عادية بالحافة
المزخرفة كالآتى :

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : م .

السطر ٣ : « ١ م - اسلتى
غرزة بالقلب » ٧ مرات - ١ م -
ع للاخر .

السطر ٤ : م .

كررى هذين السطرين .
× × احتفظى بالحرف المزخرف
صحيحا وزودى غرزة عند الحافة
الجانبية على السطر التالى وكل سطر
رابع تال الى أن توجد ٥٣ غرزة -
وكل سطر بعد سطر الى أن توجد
٦٠ غرزة ثم كل سطر الى أن توجد
٦٧ غرزة . وبذلك تنتهين عند
آخر سطر م × ×

السطر التالى : اشتغل للاخر -
ابدئى ٦٧ غرزة لكم ١٣٤ غرزة .
اشتغل ٣ سطور بدون تكسيم .
كسمى لنهاية الكم بأن تزودى
غرزة على السطر التالى . اشتغل
سطرين بدون تكسيم . وبذلك تنتهين
عند آخر سطر ع .

ابدئى الانحدار الامامى كالآتى :

السطر التالى : م لآخر غزوتين -
٢ معا × × × استمرى فى
شغل الحرف المزخرف على ١٥ غرزة
كالسابق واستمرى فى تكسيم
نهاية الكم بأن تزودى غرزة على
كل سطر خامس من التسويد
السابق . وفى نفس الوقت نقصى
غرزة عند الحافة الامامية على كل
سطر سادس من التنقيص السابق
الى أن يتم عمل ٦ تزويدات عند
حرف الكم .

وانت مستمرة فى تكسيم الحافة
الامامية كالسابق اشتغل ٥ سطور
وبذلك تنتهين عند نهاية الكم
« ١٣٥ غرزة » . واستمرى فى
تكسيم الحافة الامامية كالسابق ثم
ابدئى فى تكسيم حافة الكم بأن
تقفل ٣ غرزة عند بداية السطر
التالى وكل سطر بعد سطر الى أن
يتم قفل مجموعتين من الغرز ٥٥ -
غرزة الى أن يتم قفل ١٢ مجموعة
أخرى من الغرز × × × « ٦٤
غرزة » .

استمرى بدون تكسيم آخر عند
الحافة الامامية ولكن اقفل ٧ غرزة -
عند حافة الكم الى أن يتم قفل ٥
مجموعات من الغرز « ٢٩ غرزة »
اشتغل سطرا . اقفل .

يسار الامام

اشتغل مضلع كما اشتغلت
ليمين الامام .
انتقل الى الابرتين نمرة ١٠

واستمرى بغرزة عادية فى الحافة
المزخرفة كالآتى :

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : م .

السطر ٣ : ع لآخر ١٥ غرزة -
« ١ م - اسلتى غرزة بالقلب »
٧ مرات - ١ م .

السطر ٤ : م .

كررى هذا السطور الاربعة مرة
اشتغل من × × الى × × كما
اشتغلت ليمين الامام - ابدئى ٦٧
غرزة للكم .

اشتغل ٤ سطور بدون تكسيم .
كسمى لنهاية الكم بأن تزودى
غرزة على السطر التالى . اشتغل
سطرين وبذلك تنتهين عند آخر
سطر ع .

ابدئى المنحدر الامامى كالآتى :

السطر التالى : ٢ م معا - م

للاخر .
ويجب شغل ٤ سطور بدلا من
٥ قبل بداية تكسيم حرف الكم .
كمل كما فعلت فى يمين الامام بأن
تشتغل من

السطر التالى : ٢ م معا - ع
للاخر « ٦٤ غرزة » . كمل كما
فعلت ليمين الامام .

الخلف

استعمل الابرتين نمرة ١٢
وابدئى بهما ٩٠ غرزة . اشتغل
مضلع كما فعلت للامام .

انتقل الى الابرتين نمرة ١٠
واستمرى فى غرزة عادية بأن
تزودى غرزة عند كل من طرفى
السطر التاسع وكل سطر رابع تال
الى أن توجد ١١٢ غرزة - وكل
سطر بعد سطر الى أن توجد ١٢٦
غرزة - وكل سطر الى أن توجد
١٤٠ غرزة - ابدئى ٦٧ غرزة عند
بداية السطرين التالين « ٢٧٤
غرزة » .

اشتغل سطرين بدون تكسيم .
زودى غرزة عند كل من طرفى
السطر التالى وكل سطر خامس تال
الى أن يتم شغل ٦ تزويدات عند
كل نهاية كم « ٢٨٦ غرزة » .
اشتغل ٤ سطور بدون تكسيم .

وبذلك تنتهين عند آخر سطر م .
كسمى حروف الامام بأن تقفل
٣ غرزة عند بداية السطور الاربعة
التالية - ٥ غرزة عند بداية السطور
الى ٢٤ التالية « ١٥٤ غرزة » - ٧
غرزة عند بداية السطور المشرة
التالية - ٢٩ غرزة عند بداية
السطرين التالين .
اقفل ال ٢٦ غرزة الباقية .

حاشية الكم

استعمل غرزة غير منظورة
وأوصل حروف الكمين التى تكونت
من الغرز المقفولة .

استعمل الابرتين نمرة ١٢
وبوجه الشغل القطى ٥٠ غرزة على
طول نهاية الكم .

اشتغل ١ ع - ١ م مضلع لدى
٦٧٥ سنتى .
اقفل بشغل مضلع .

البند الامامية

استعمل الابرتين نمرة ١٢
وابدئى بهما ١١ غرزة .
السطر ١ : ٢ ع - ١ م -
١ ع « ٤ مرات - ١ ع .

السطر ٢ : « ١ ع - ١ م » ٥
مرات - ١ ع .

السطر ٤ : مضلع - اقفل ٣ -
اقفل ٣ - مضلع للاخر .

السطر ٤ : ٤ مضلع - ابدئى ٣
مضلع للاخر .

استمرى فى شغل مضلع واشتغل
عروة كما فى السطرين ٣ و ٤ على
السطرين ١٧ و ١٨ من الصرورة
السابقة الى أن يتم شغل ٧
عراوى .

استمرى بدون عمل عراوى
أخرى الى أن يصبح مقابل الشغل
٩٨ سنتى « غير مشدود من
البداية » .
اقفل بشغل مضلع .

التسريب

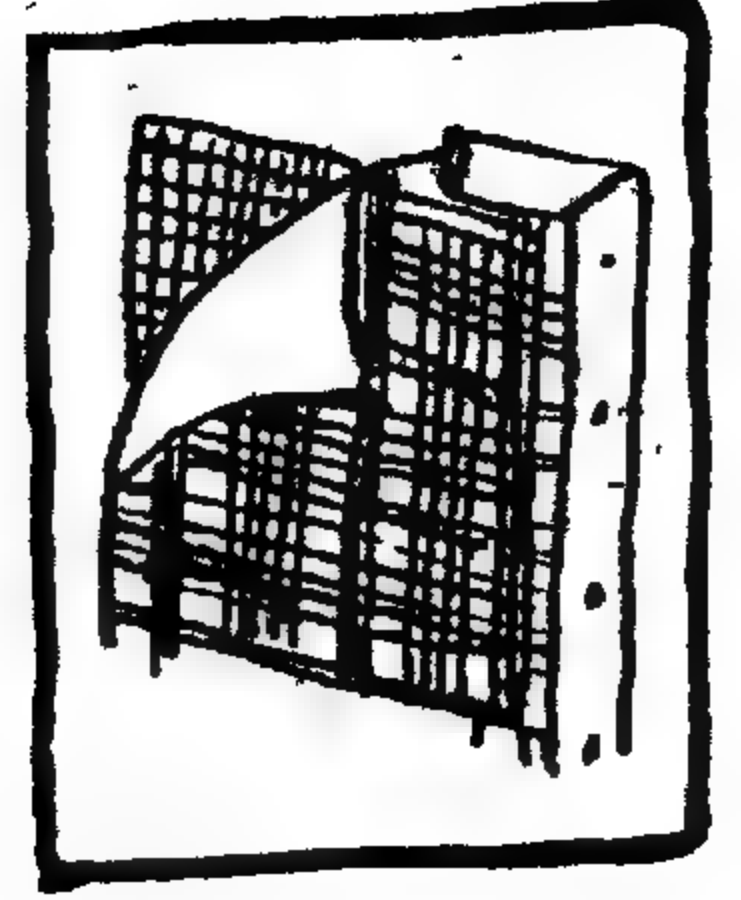
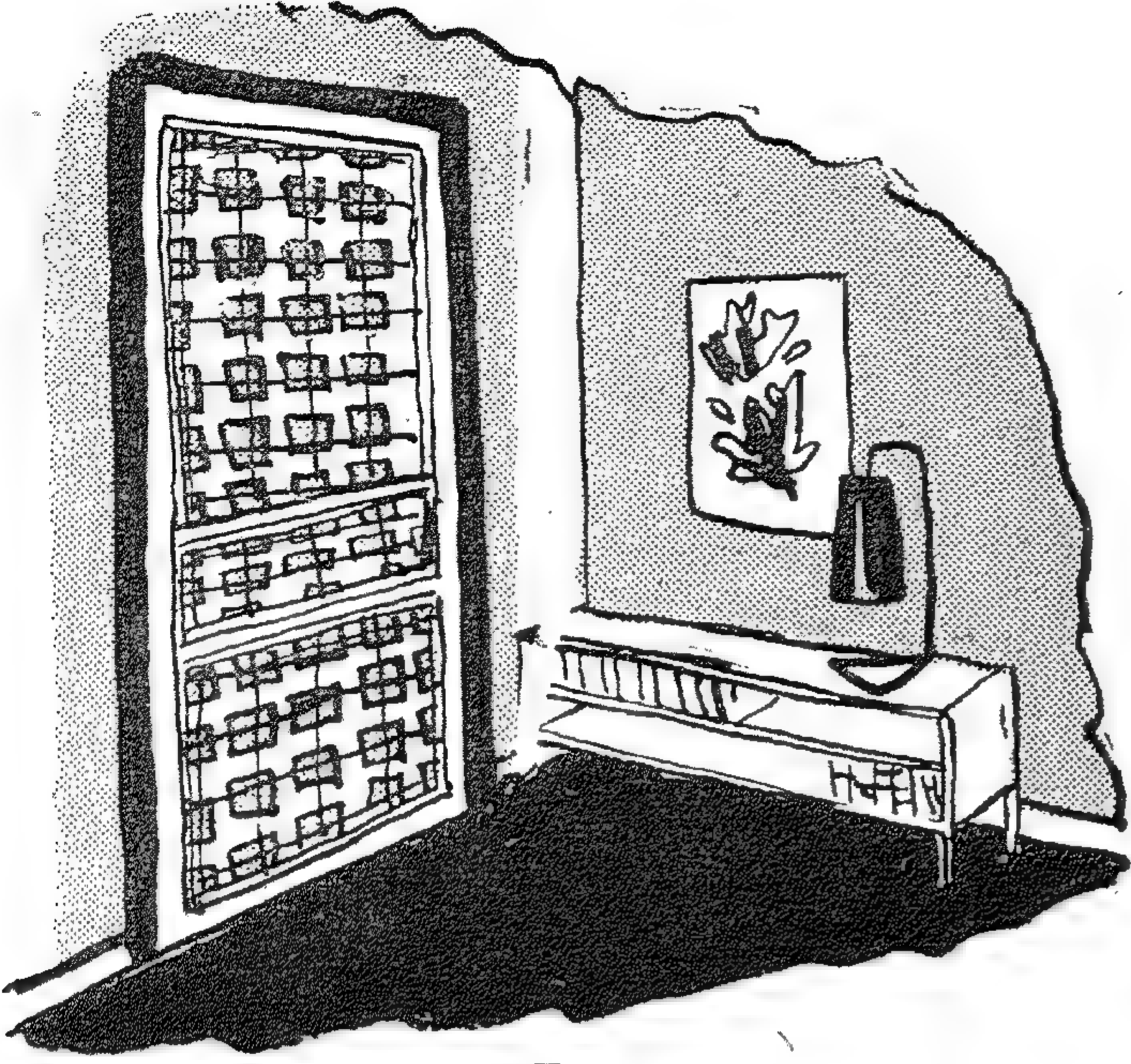
اتركى المضلع ويظهر الشغل
دبسى الحروف المستديرة . واكوى
بمكواة ساخنة وقطعة قماش مبللة
وبغرزة غير منظورة أوصل قطع
الشغل - ركبى الزراير - واكوى
كل الخياطات .



القاهرة : ميدان سليمان باشا رقم ٢ تليفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ٢٥٠١٥
الوكندة : شارع شربين رقم ٢٢ تليفون ٢٣٩٢٩ - جميع مكاتبه السابعة الممتدة



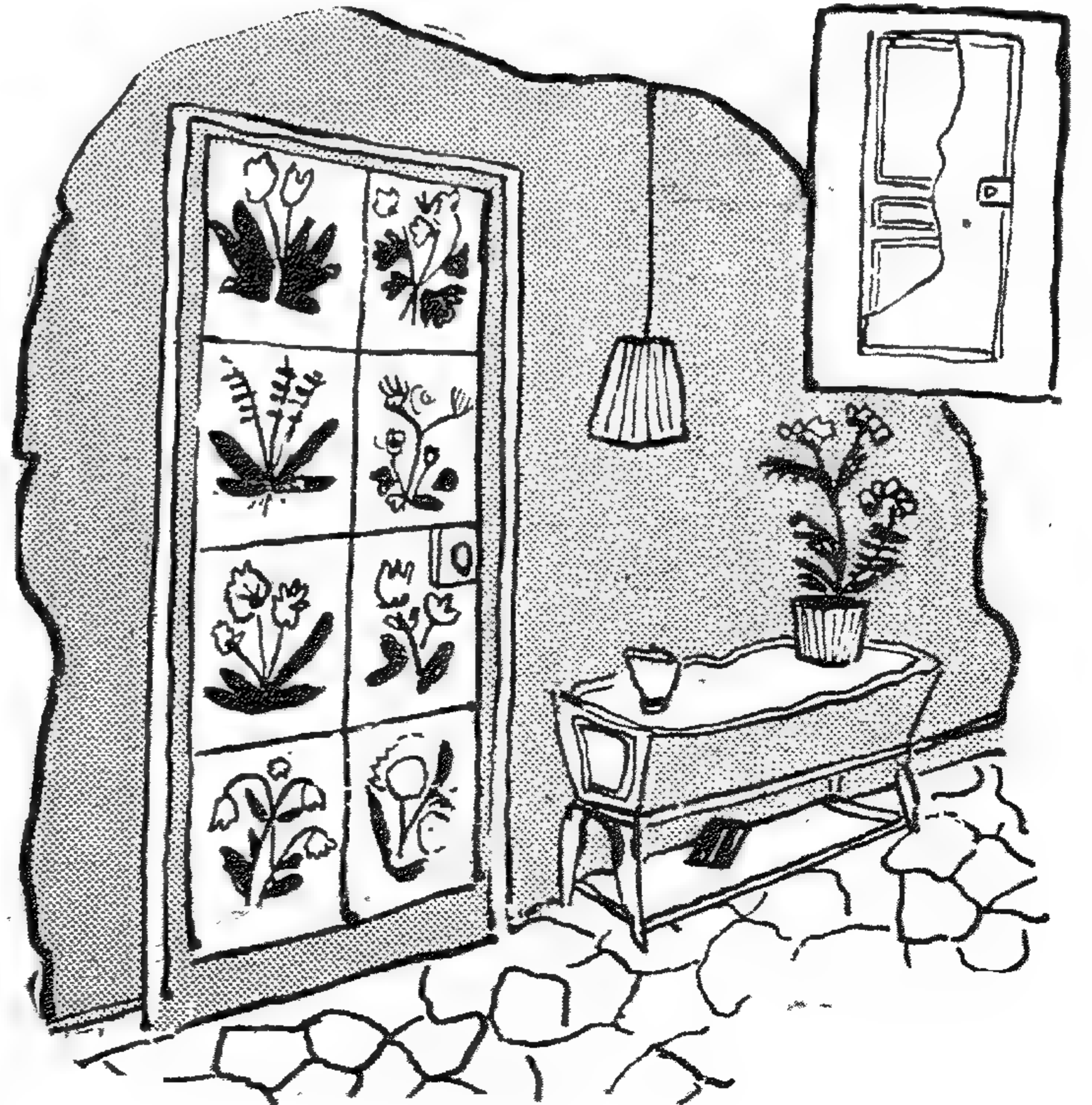
زخرفة أبواب حجراتك



ما لون أبواب حجرات منزلك ؟ انها بيضاء ولا شك . لماذا لا تفكرين في زخرفتها بحيث تكمل أناقة الحجرة ؟ ان هذه العملية لن تكلفك كثيرا ان كنت من ذوات الذوق الجميل . وها نحن اولاء نعرض عليك خمسة أفكار لزخرفة الابواب وقد تكون لديك فكرة سادسة وفكرة سابعة . حاولي تنفيذها . ولكن اختاري الالوان المناسبة والا جاءت النتيجة بعكس ما تطلبين .

١- الباب الايكوسيه

سمى كذلك لان زخرفته تشبه زخرفة الاقمشة المصنوعة في اسكوتلندا . لقد دهن الباب باللون الابيض . اما البانوهات فقد حليت بالاقمشة الايكوسيز المحشوة بقدر قليل جدا من القطن . ولكي تصلي الى ذلك سمري على الباب سمكي قماش التيل الفليظ (١) ثبتي القماش واحيطي كل بانو بباجيت (ب) ملونة بالاحمر . اما محيط الباب فانه يدهن باللون الاخضر . وفي استطاعتك ان تستخدمي لهذه الزخرفة قماش بلاستيك سهل التنظيف . وان استخدمت قماشاً من الصوف فيمكنك احلال مسامير صغيرة مذهبة محل الباجيت على ان تسمري الواحدة بجانب الاخرى . ان هذا الباب المحل بالايكوسيه يناسب مكتبا او غرفة شاي . وان استخدمت قماشاً اخر استطعت بنفس الطريقة زخرفة باب غرفة النوم او باب الدھليز .



٢- الباب المحل بالرسوم

لكي تنفذي هذه الزخرفة المبتكرة ، الانيقة لا بد من ان تسمري على الباب بانو ايزوريل (ج) يحاط بعد ذلك بباجيت رفيعة ونصف دائرية (د) وعلى هذا المسطح الصقي رسوما لازهار وفراشات وعصافير على ان يكون الرسم بجانب الرسم .

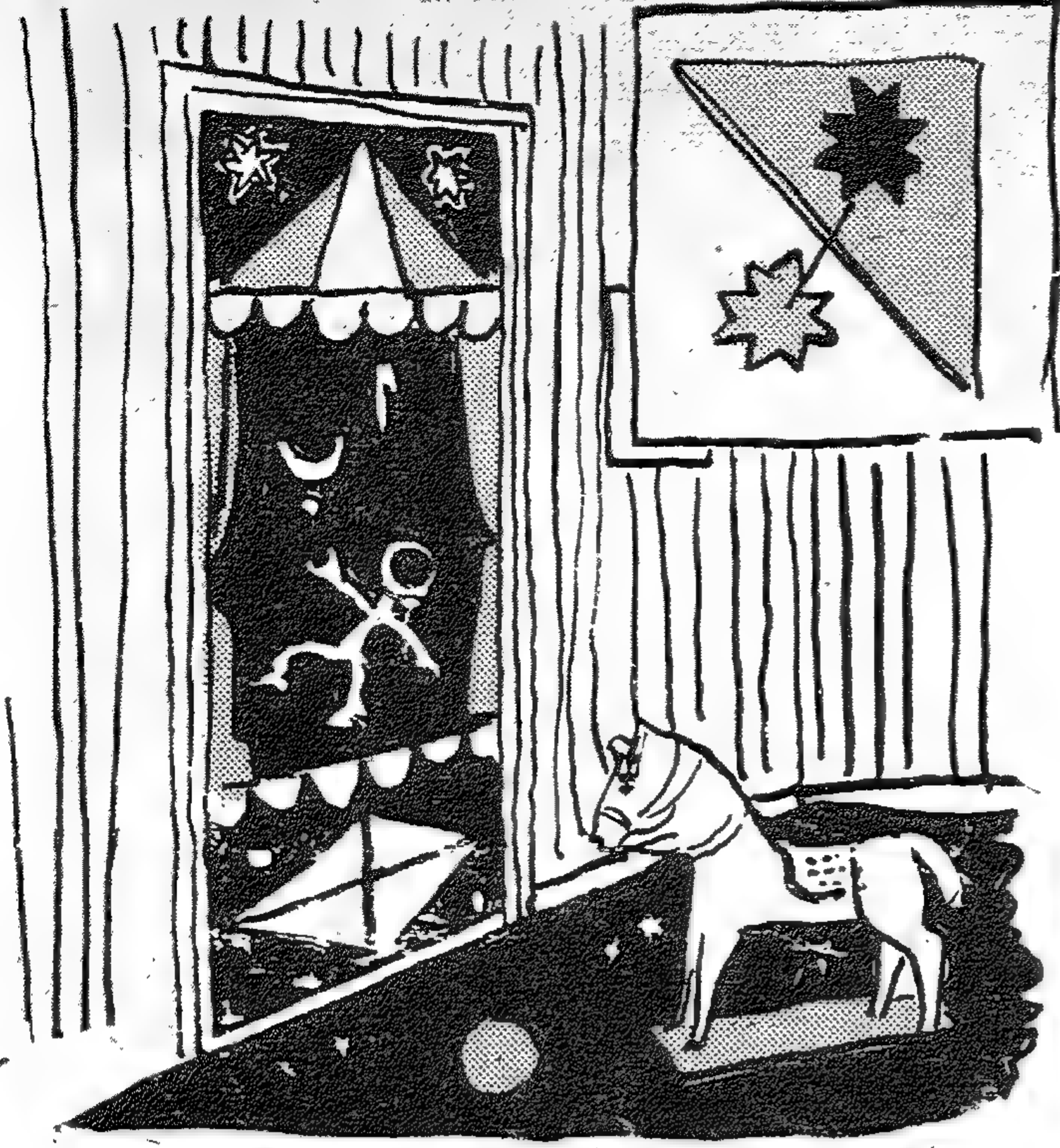
وبعد ان يجف الصمغ ننصحك بحماية هذه الصور بورنيش لا لون له . اعلمي حساب مقبض الباب وانت تلصقين الباجيت والاوراق المصورة . وتناسب هذه الزخرفة باب غرفة فتاة او غرفة مفروشة بأثاث من طراز ريفي (روستيك) . ولكن يجب ان تحسني اختيار الصور والوانها .

٣ - السبورة الباب

ان هذا الباب مغطى بيبانو مصنوع من مادة الازوريل مثل النموذج السابق . ثم يلصق عليه موتيف زخرفي مصنوع بقطع اللينوليوم ذات الالوان المختلفة وقد جمعت على هيئة متامة .

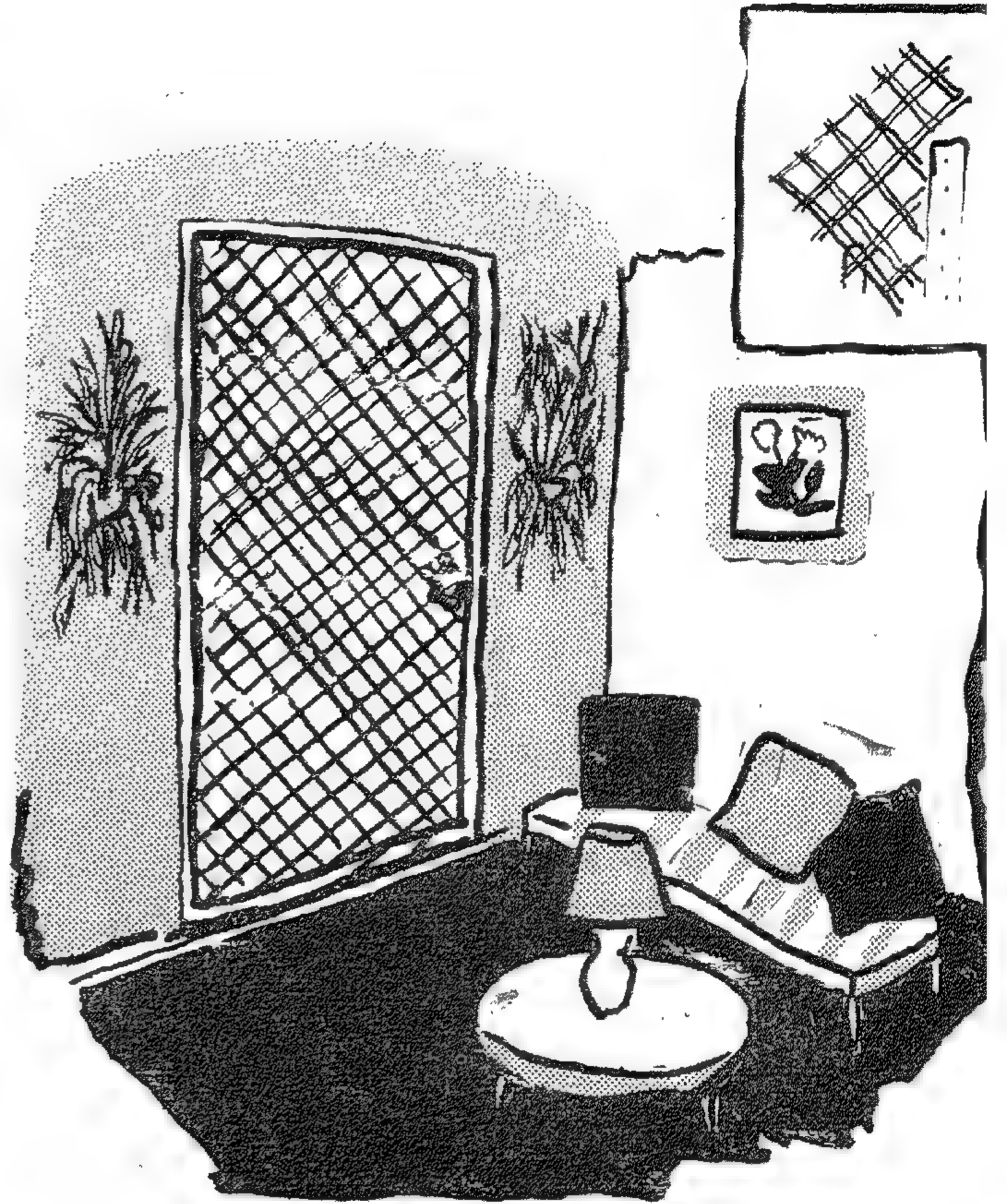
وللحصول على المقاييس الدقيقة لكل عنصر ارسمي الزخرفة قبل ذلك على قطعة ورق من حجم الباب . قصي على هذا النموذج حسب التفاصيل المختلفة . وكل قطعة من الورق تشف على اللينوليوم الذي تجمع قطعه . ويبين الشكل (هـ) الطريقة التي تركيب بها النجوم في زاويتي الباب العليا .

ان مركز هذه الزخرفة يمكن استعماله كسبورة على شرط ان يكون على باب دولاب حائطي . ذلك ان كان الباب للدخول والخروج فان الطفل يتعرض لتلقى الباب على وجهه او لان يسقط الى الامام اثناء استخدام السبورة .



٤ - الباب الشبكة

هل لديك منزل ريفي ؟ هل تسكنين في الريف ؟ لماذا اذا لا تزخرفين احد ابواب منزلك بطريقة الشبكة ؟ ادهني الباب باللون الاخضر الغامق . ثبتي عليه بعد ذلك شبكة من السلك المضفر والمدهون باللون الابيض . ويمكن تثبيت هذه الشبكة بمسامير خاصة « و » اما الاطراف فانها تغطي بباجيت مدهونة (ز) باللون الابيض ايضا .



٥ - الباب المرأة

هذا الباب لا يتفق الا مع غرفة مفروشة بفراش فاخر . ومن شأنه ان يجعل الغرفة تبدو اكبر واحسن اضاءة .

ان الباتوهات الداخلية محلاة بمرايات مثبتة بباجيت رفيعة . ومحيط الباب محلي ايضا ببرواز يتكون بقطع المرايات ومثبت بباجيت .

وما حول هذه الباتوهات قد نقل اما بقطع شبك ذات اطراف مثنية بعرض ١ سم ومثبتة تحت الباجيت التي تحيط بالمرآة واما بصفائح مثقوبة وهي موجودة في السوق على هيئة بانوهات .

وليس من الضروري اختيار مرايات سمكية وغالية الثمن ، اذ تكفي المرايات العادية .

ان هذا الباب سوف يجعلك تستغنين عن المرأة التي توضع على السماعة والتي بطلت موضتها .

ويبدأ المرض عادة برعشة وارتفاع بسيط في درجة الحرارة لمدة يوم أو يومين ثم يظهر طفح على الجلد لونه أحمر غامق يظهر عليه بعد ذلك نقطة أو بثرة بها سائل كنقط الندى ثم تتكون عليها قشرة ولا يأخذ هذا المرض دورا شديدا ، ولا تحدث له مضاعفات بعكس مرض الجدري الشديد الخطورة .

وينتشر الجديري بالاختلاط المباشر مع الطفل المريض أو باستعمال الأدوات التي تلوثت بافرازات أنف المريض أو فمه أو بشرات جلده .

والعلاج هو أولا منع الطفل من حك جلده بأظفاره والمحافظة على نظافة ملابس وفرش وجسم الطفل المريض

الهرش

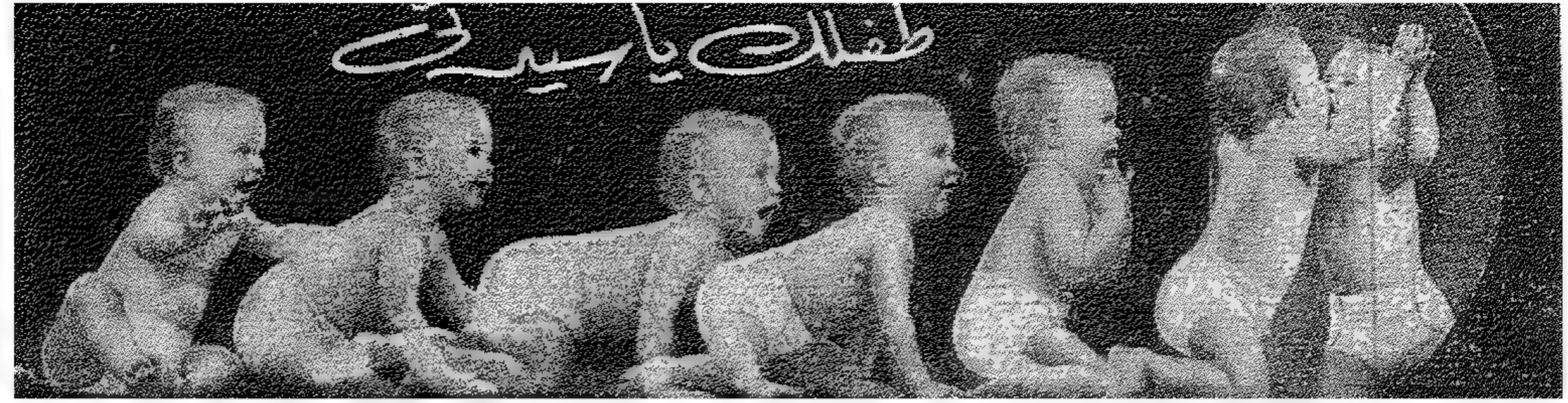
ويأتى هذا المرض الجلدي من حشرة صغيرة تعيش فى اخاديد داخل الجلد وتسبب هرشا شديدا وطفحا ملتها



يوجد غالبا بين اصابع اليدين والقدمين وحول المفاصل وعلى الاليتين . ولا يعدو هذا المرض وجه الطفل الا اذا كانت أمه مصابة فى صدرها وعلى ثديها .

وهذا الهرش يزداد ليلا وتتقيح البثور ويعملوها الصديد . وهو شديد العدوى ويجب أن يباشر علاجه طبيب على الفور .

أم مجربة



ضجيج الطفل وعدم نومه بالنسبة لما يعانيه من التعب الناتج من الاكلان والهرش . . . واذا هرش الطفل جلده فتسلخ تزداد الحالة سوءا ويتقيح ويلتهب . . .

ومن أهم ما يساعد على علاج هذه الحالة معرفة أنواع الغذاء التي تؤثر فى حساسية الطفل وتجنبها . ورغم ذلك



فان حالة الاكزيما الملتبحة أو التي يصيبها الطفيل بالخدوش المختلفة أو التي يهيجها الصابون أو الملابس أو المياه تستمر بدون تحسين ظاهر .

ولذلك فكل حالة اكزيما فى الاطفال يجب ان تبقى تحت ملاحظة الطبيب لكى ينظم طعام الطفل وعلاجه ومنع المضاعفات ، الامر الذي يحتاج تعاوننا مستمرا من والدي الطفل مع الطبيب لتنفيذ تعليماته .

الجديري

هذا المرض منتشر جدا بين الاطفال فى كل الاعمار وتظهر علامات المرض على الطفل بعد اسبوعين أو ثلاثة من تاريخ التعرض وغالبا من ١٤-١٦ يوما . . .

والمقدار بالنسبة لفصول السنة ودرجات الحرارة . . . مع فصل الصيف يجب أن



يغطى الطفل بأقل مقدار من الملابس المصنوعة من القطن الخفيف أو التيل مع العناية بالحمام كل يوم ، وتنشيف جلده الطفل جيدا لجانب يعرض أجزاء جسمه للهواء فلا يحمر جسمه ويلتهب جلده بهذا الطفح المتعب .

الاكزيما : تنتج الاكزيما الحقيقية التي تصيب الاطفال من حساسيتهم لبعض أنواع الغذاء . . . وفي الاكزيما يحمر الجلد ويرشح سائلا يجعله مبللا باستمرار أو يجف ويعلوه قشور . . . ورشح الجلد يبتدىء غالبا على الخدين وينتشر فى الحالات الحادة حتى يغطى الجسم كله ماعدا اليدين والقدمين . . . يكشر

حمو النيل

رغم ان الطفح الناتج عن ارتفاع درجة الحرارة ينتشر غالبا فى اشهر الصيف الا انه يمكن ان يوجد ايضا فى الايام الباردة اذا تعرض الطفل لدرجات حرارة عالية داخل الغرف او نتيجة لكثرة الملابس .

وهذا الطفح عبارة عن حببات صغيرة مرتفعة قليلا عن سطح الجلد ، حمراء تنتشر غالبا على الرقبة والكتفين والصدر والوجه ، كما يمكن أن تغطى سطح الجسم كله . وهي تسبب قلق الطفل واضطرابه ويقل الهرش والاكل الناتج من هذا الطفح باستعمال بودرة التلك الخفيفة أو دقيق الاذرة الناعم أو أى مطهر بسيط . . .

ولكن لا تستعمل البودرة بكمية كبيرة لئلا تكون عجيبة فى ثنايا الجلد فتزيد من التهابه . . .

ويمكن منع حمو النيل بالعناية بملابس الطفل التي يجب أن تختلف فى النوع



القاهرة: ميدان سليمان باشا رقم ٢ تلفون ٢٢٨٧٨-٢٢٨٧٩-٢٥٠١٥
المنصورة: شارع مشرب رقم ٢٢ تلفون ٢٣٩٢٩ جميع مكاتبه السابعة العشرة



بنت النيل في سون نزلك

المحافظة على الملابس غسلها

- ١ - لا تعطى ملابسك أو ملابس زوجك أو ملابس أولادك الغالية الثمن رقيقة القماش الى الخدم لغسلها بل قومي أنت بغسلها حسب نوع القماش المصنوعة منه واجعلي غسلها في يوم مستقل غير يوم الغسيل العادي ولاحظي الاتي أثناء غسلها :
- ١ - البلوزات البيضاء الرقيقة والقمصان الافرنجي البيضاء لسهولة نظافة الياقة والاساور تبل بالماء البارد ورشي عليها طبقة خفيفة من صابون أومو واتركيها لمدة ساعتين على الأقل ثم تغسل كالمعتاد .
- ٢ - انقعي مناديل اليد على حدة واذا كان بها مواد مخاطية أضيفي لماء النقع قليلا من الملح .
- ٣ - أزيلي البقع من ملابسك بمجرد حدوثها ثم اغسليها على حسب نوع القماش .
- ٤ - اتبعي السرعة في غسل ملابسك الصوفية ولاحظي أن تكون قطعة الصوف دائما مغمورة في الماء طول مرحلة الغسل والشطف لان بقاءها بعيدة عن الماء معرضة للهواء مدة مما يسبب انكماش الصوف .
- ٥ - انشري الفساتين دائما من الاكتاف .
- ٦ - الاصواف « التريكو » المغسولة لا تنشر بل تجفف بفردا على منضدة مسطحة وتساوي بشكلها الطبيعي .
- ٧ - اغسلي ملابسك الرقيقة بالضغط بين اليدين واجتنبى دحكها وكذلك عند عصرها تعصر بالضغط .
- ٨ - استعملي الماء الدافئ قليلا في غسل الالوان .
- ٩ - قبل غسل أى شئ ملون يحسن أن تختبري قطعة منه في الماء للوقوف على تأثير الغسل عليه وهل هو قابل للبهتان أم لا حتى يمكنك اتباع الطريقة الصحيحة .
- ١٠ - لا تتركي ملابسك المغسولة بدون نشرها لمدة طويلة ولا تتركها كذلك ملفوفة في فوطة لمدة طويلة وخصوصا الملون منها فذلك يعرضها للبهتان .
- ١١ - الملابس المنشأة مثل الأورجاندى والروكامو لا تتركها منشأة بدون استعمال لان خزن الاقمشة وهي منشأة يساعد على تلف نسيجها .
- ١٢ - لا تندي الحراير أثناء كيها لان ذلك يسبب بها بقعا . وكذلك لا تستعملي مكواة ساخنة في كيها .

غسل زجاج النوافذ

- ١ - كثيرا ما انظف زجاج النوافذ بمنزلي ولكني لا احصل على اللمعة البراقة بل لاحظ دائما وجود عتامة على الزجاج - فهل من طريقة لمنع ذلك وارجاع اللمعة الاصلية الى الزجاج ؟
- ج - نعم اغسليه بالماء البارد المضاف اليه قليل من الاسبرتو واستعملي ورق الجرائد في غسله وتجفيفه وتلميعه .

قالت الكاتبة الفرنسية الكبيرة
جودج صاند (لو ان هذا الرجل
احبنى لاخضعني .. وتواخضعني
لشعرت بالطمانينة في حماه ...
لان حريتي تقتلني ..)

اذا بغلت على زوجتك بحث
عن يجرل لها العطاء .

يقول المثل الاسباني (البعد في
الحب مثل الهواء للنار) .

ويقول المثل الفرنسي (البعد
عن العين بعيد عن القلب) فايهما
اصدق .

شاهدت امرأة حسناء تبسم
لامرأة تفوقها حسنا ومن يومها
عرفت ما هي الحرب الباردة .

قال (فينون دى لانكلو) من
المضحك حقا أن يكون هناك قانون
يحمي حياء السيدات وهن لا
يقدرن في الرجال الا وقاحتهم .

ذاق الفريد موسيه الشاعسر
الفرنسي الكبير اقصى الوان العذاب
في حبه ومع ذلك فقد قال (المرء
تلميذ العذاب استاذة ولا يمكنه ان
يعرف نفسه الا اذا ذاق العذاب)

قال (ايتان راي) اذا كان
الجمال هو الذي يثير الحب ، فان
الحنان هو الذي يصون هذا
الحب .

زواجك من الفتاة التي تستطيع
ان تسعدك .. نجاح . اما زواجك
من هذه التي لا يوجد حولها من
يشقيك فهو تفوق .

في سن الاربعين يتوقف تفكير
المرأة في الرجل فلا تعود تفكر الا
في نفسها .. بينما يتوقف تفكير
الرجل في نفسه في هذه السن ..
فلا يعود يفكر الا في النساء .



كل امرأة يمكنها انجاب الاطفال
ولكن كل امرأة لا يمكنها صنع
الرجال .

قال (ف - رودمان) بالزواج
يقفل الحساب لدى بائع الزهور
ويفتح حساب لدى البقال ..

لا تبشس اذا هربت زوجتك
لتلحق بعشيقها فقد انقذت شرفك
من زوجة خائنة .

تستطيع المرأة أن تعيش بدون
زواج ولكنها لا تستطيع أن تعيش
بدون حب . ويستطيع الرجل أن
يعيش بدون حب ولكنه لا يستطيع
أن يعيش بدون زواج .

اغلب معاطف الفراء مصدرها
حيوانات ذكور .

اذا أردت الحصول على حب
امرأة فكن عفيفا واذا أردت
الحصول على احترامها فكن فاضلا
ويمكنك الجمع بين الاثنين .

اسعد امرأة هي التي ترى في
زوجها حبيباً وليس مجرد أداة
لجلب ما تحتاجه من مأكول وملبس
وحل . واسعد رجل هو الذي يرى
في زوجته حبيبة وصديقة وليس
مجرد أداة لجلب الاطفال .

اقوى العبيبين اقلهما حيا .

المطبخ والمائدة

كرات أبو شوشه كبيرة - ٦ ملاعق كبيرة خبز مبلول ومعبور جيدا .

الطريقة :

١ - افرمى اللحم فرما ناعما وكذلك افرمى البصل وليه الخروف جيدا ويدق فى الهاون حتى ينعم تماما ثم يتبل بالملح والفلفل والبهار .

٢ - اعصرى الخبز المبلول جيدا من مائة ثم يخلط باللحم المدقوق .

٣ - ادهنى صينية جيدا بالسمن ثم ضعى فيها خليط اللحم واضغطى عليه جيدا باليد حتى يتماسك ويتساوى السطح .

٤ - رشى قليلا من السمن على السطح .

٥ - قطعيها بالسكين الى مربعات صغيرة كما فى البقلاوة وزخرفى سطح كل قطعة بالصنوبر .

٦ - تخبز فى فرن متوسط حتى تنضج حوالى نصف ساعة .

٧ - عند التقديم تقلب على طبق مسطح ويكون وجهها ظاهرا ، وزخرفى السطح بقطعة مقدونس وتقدم للاكل ساخنة ويحسن تقديمها مع صينية الرقاق .

الكستلته بالجلاش

المقادير :

نصف أقة جلش طازج - رطلان كستلته ضأن « وهى ضلوع الخروف » - ملح - فلفل - عصير بصل - بهار .

الطريقة :

١ - نظفى عظام الكستلته من اللحم الزائد بها ثم تساوى بشكل منظم وتفرد اللحم بدقا خفيفا بيد الهاون أو الساطور لكى تكون رقيقة ثم تبليها بعصير البصل والتوابل وتترك لمدة كافية حتى تتبل جيدا .

٢ - حمريها فى السمن وهدئى النار وتترك حتى تنضج اللحم .

٣ - تنشل من السمن وتترك حتى تبرد جيدا .

٤ - قطعى ورق الجلش كل ورقة الى نصفين ، ضعى قطعة الجلش أمامك وضعى فوقها الكستلته وتلف فيها لفا جيدا متماسكا مع ملاحظة أن تكون العظمة كلها ظاهرة وتغطى اللحم فقط بطبقات الجلش .

٥ - قرب موعد الطعام حمري قطع الكستلته المكسوة بالجلش فى السمن ثم رصيها فى طبق مستطيل وزخرفيها بقطعة مقدونس ، وتقدم للطعام ساخنة أو باردة .

كل عام وأنتم بخير

فى هذا الشهر تستقبلون العيد الكبير عيد الضحية ، و « بنت النيل » تقدم لكم أحدث الطرق لطبخ لحم العيد والاصناف التى تعمل منه .

ونظرا لحلول العيد فى هذا العام فى أواسط شهـور فصل الصيف فاجتهدى أن تكون أصناف اللحوم المقدمة كلها خفيفة وسهلة فى هضمها مما يتفق مع حرارة الجو ، فاما مشوية أو رستو ويقدم معها بعض الخضـر السوتيه أو لحوم باردة ويقدم معها بعض أصناف السلطات الخضراء ، وسأوضح لك هنا بعضا من أطباق اللحوم الممكن عملها من خروف العيد .

فتة الضحية ..

المقادير :

عدد من أرغفة خبز بلدى طازج بحسب عدد الاكلين - سمن للتحمير - كمية من الارز المفلفل - ملح وفلفل - بهار - كمية من بهريز اللحم أو العظم - نصف رأس ثوم - نصف فنجان شاي خل .

الطريقة :

١ - قطعى الخبز الى قطع صغيرة مناسبة ثم حمريه فى السمن الغزير حتى يتحمـر تماما .

٢ - ضعى الخبز المحمر فى حلة ورشى عليه قليلا من الفلفل والبهار ثم صبى فوقه الكمية الكافية من بهريز اللحم أو العظم وتغطى الحلة وتترك حتى يتشرب الخبز مع اضافة كمية من البهريز كلما احتاج الامر .

٣ - قشـرى الثوم ويدق ثم حمريه فى السمن وأضيفى جزءا منه الى الفتة وتقلب واحتفظى بالباقى لرشه على السطح .

٤ - عند التقديم تغرف الفتة فى طبق صينى عميق ويغطى سطحها بطبقة من الارز المفلفل الساخن ويرش فوقه باقى الثوم المحمر وتقدم ساخنة ، وقدمى معها قطع اللحم المسلوقة بعد رشها بقليل من الملح والفلفل والبهار .

صنية لحم المفرومة

المقادير :

١٥ رطل لحم ضأن من الفخذة مفروم - ربع رطل من لية الخروف - ملح - فلفل - بهار - بصلة متوسطة - رأس

كفتة الطرب

المقادير :

- ١ - خذى قطعة لحم من الفخذة خالية من الدهن وزنها على حسب عدد الاكلين .
- ٢ - افرمها فرما ناعما مرتين أو ثلاثا وافرمل معها قليلا من المقدونس .
- ٣ - تبليها بقليل من عصير البصل والملح والفلفل والبهار .
- ٤ - شكلها على شكل أصابع غليظة نوعا ثم لفى كل واحدة فى قطعة من الطرب وهو المعروف « بمنديل الخروف » لفا جيدا محكما .
- ٥ - قرب موعد الاكل حمريها فى السمن المقدوح لمدة ٣ دقائق ثم هدى النار وغطى الاناء ويترك ليتم تحميرها فى السمن على النار الهادئة .
- ٦ - تنشل من السمن وترص فى أطباق مزخرفة بالمقدونس وتقدم ساخنة .

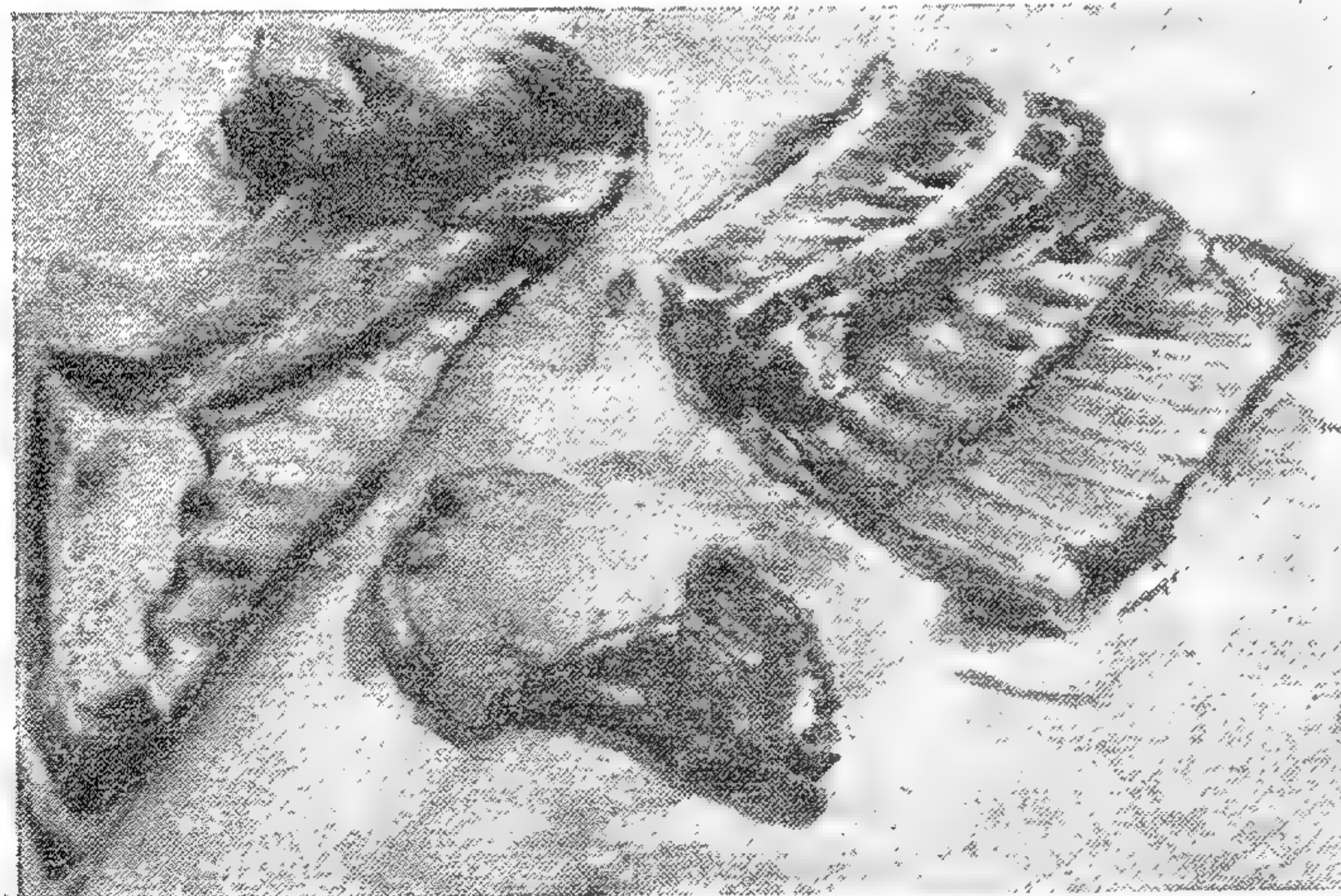
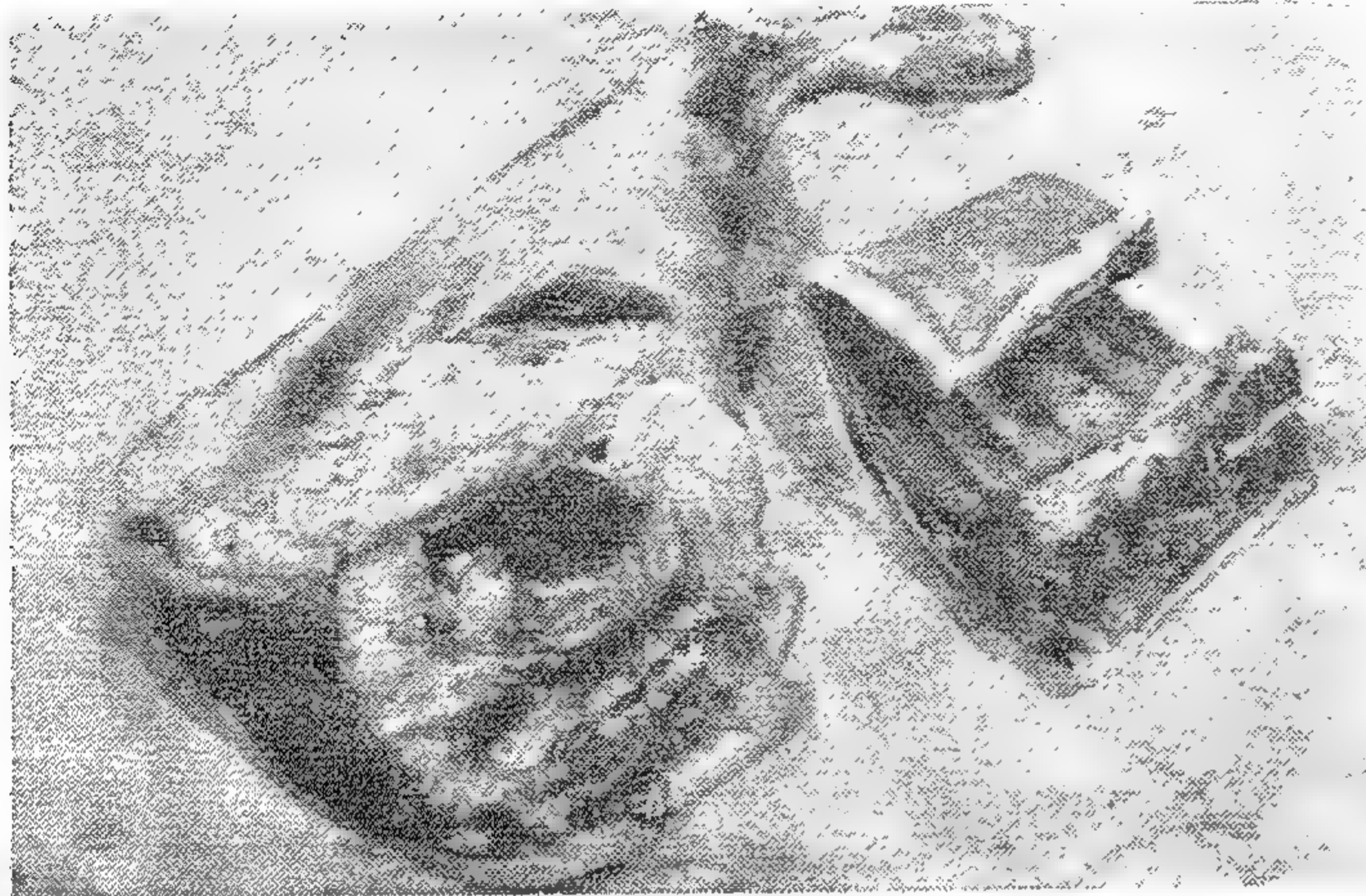
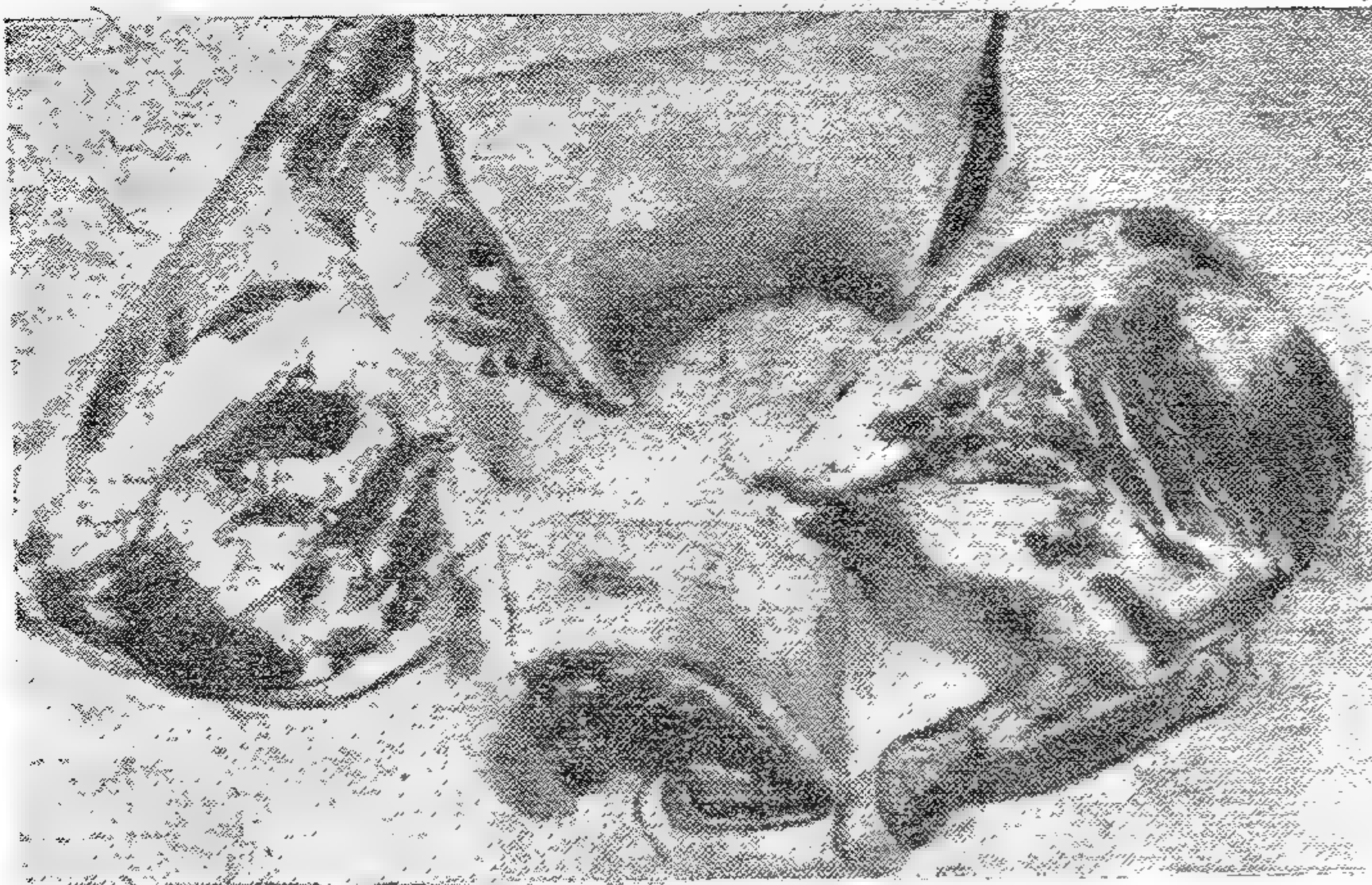
لحم الروستوبالفرن أو رابورالغاز

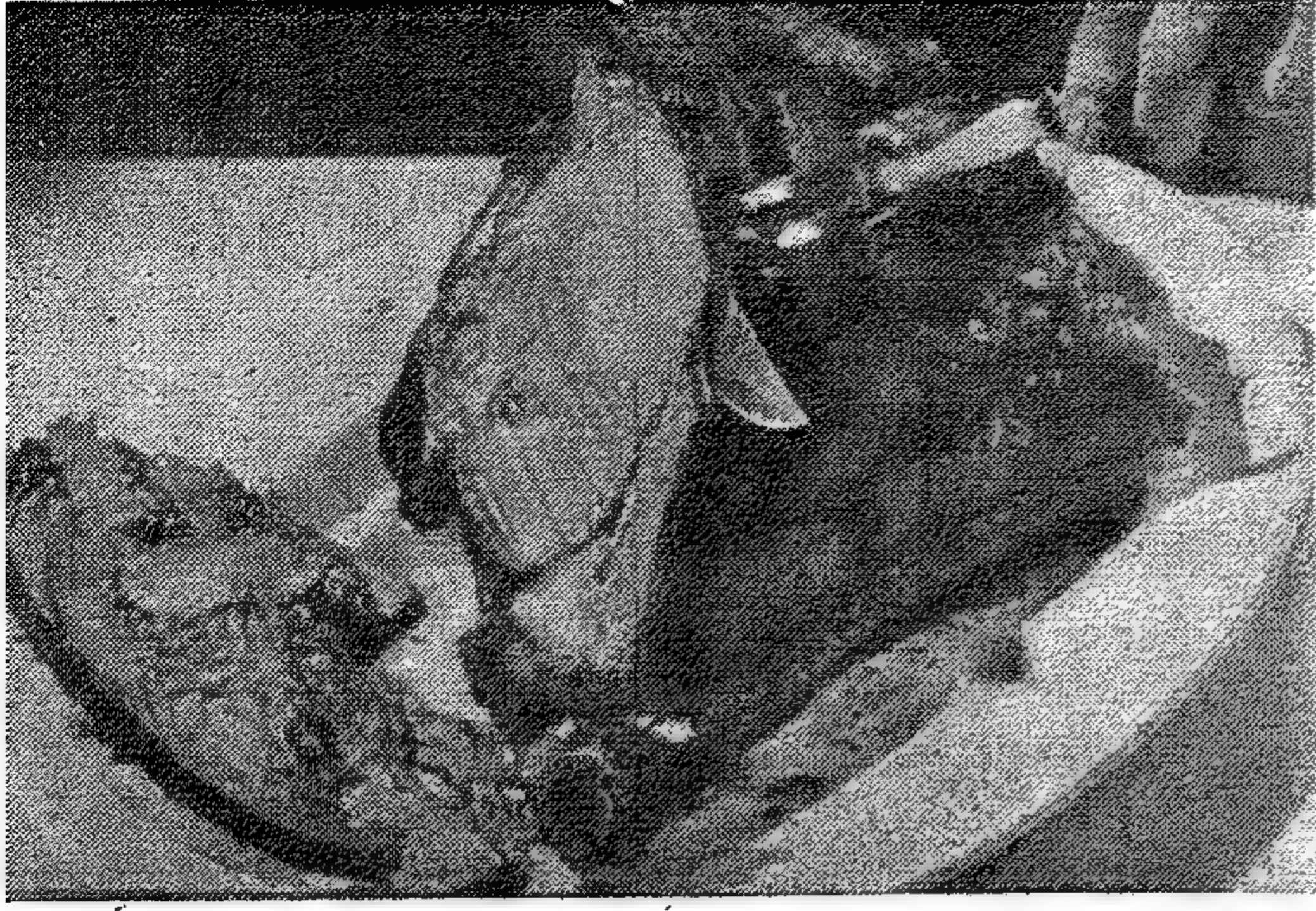
الكتف أو فخذة الخروف

المواضع التى يختار منها اللحم الروستوبالفرن موضحة بالصورة الاربعه المنشورة الى اليسار

- ١ - وتعمل عادة صحيحة وتطهى اما فى الفرن أو على وابور الغاز . فتغسل فخذة اللحم أو الكتف ويجفف جيدا ثم يتبل بالملح والفلفل ويرش عليه قليل من عصير البصل ثم يوضع فى صينية وفوقه كمية من السمن ثم يدخل فى فرن ساخن جدا لمدة عشر دقائق مع عدم فتح الفرن عليه حتى تتجمد الطبقة الزلالية السطحية على اللحم ثم هدى النار واتركى اللحم داخل الفرن حتى ينضج مع ملاحظة فتح الفرن من حين لآخر ورش اللحم بالسمن الموجود فى الصينية وذلك للمحافظة على ليونته ، واتركيه المدة اللازمة لنضجه واحذرى أن تتغالى فى ترك اللحم فى الفرن لان زيادة مرحلة النضج قد تفقده العصارة الغذائية وطعمه اللذيذ وتجعله جافا ، ولمعرفة نضج اللحم - اغرسى سكين رقيق فى وسط قطعة اللحم الى مسافة عميقة ثم انزعيمه ولاحظى العصارة المنبعثة فإذا كانت حمراء دلت على عدم نضج اللحم ، وإذا كانت صفراء دلت على نضجه ، وإذا لم يظهر له عصارة دليل على زيادة النضج عليه وجفافه .

- ٢ - أما الروستوبالفرن على وابور الغاز فتحضّر اللحم كالمسابق ثم تحمر فى سمن مقدوح داخل حلة كبيرة حتى تحمر من جميع جهاتها ثم صبى عليها قليلا من الماء الساخن وغطى الحلة وهدى النار وتترك لتنضج ببطء مع إضافة الماء كلما احتاج الامر ويختبر نضجها كما سبق .





تركيب مواشير لتوصيل ماء الشرب
في القرى لتحسين مستوى حياة الفلاح
وتقدمه الاجتماعي

منتجات من الاسمنت المسلح وغير
المساح.. مواشير - اعمدة ... الخ.

الاسبستوس الاسمنت

تقديم اللحم الروستو :

تقدم الفخذة أو الكتف كما هو ساخنا في طبق صيني كبير مستطيل ويقدم حوله البطاطس المحمر والخضر السوتيه أو يقدم باردا ويقدم معه السلطة الخضراء وتقطع اللحوم الروستو على المائدة الى شرائح رفيعة مع استعمال شوكة وسكين حاد كبير كما هو موضح بالرسم .

مقطع اللحم البارد

المقادير :

مقطع لحم من الفخذة وزن ٣ أو ٤ أرطال - جزرة كبيرة
حزمة كرفس - بصلة كبيرة - ملح وفلفل وتوابل - سمن

الطريقة :

اغسل اللحم وجففيه .

١ - افردى مقطع اللحم جيدا بالسكين الحاد ، ثم لفه لفا محكما على شكل اسطوانى واربطيه بدوارة حتى يحتفظ بشكله ثم تبليه بالملح والفلفل والبهار وعصير البصل .
٢ - حضري الخضر بغسلها وتقطيعها الى شرائح .
٣ - اقدحى السمن فى حلة كبيرة ثم حمري فيه قطعة اللحم حتى تحمر احمرارا خفيفا من جميع جهاتها ثم انشليها من السمن وشوحى الخضر فى السمن ثم افردوها فى الحلة على شكل وسادة ، وضعى فوقها مقطع اللحم السابق تحميره .

٤ - اضيفى قليلا من الماء المغلى وغطى الاناء وهدئى النار واتركى اللحم حتى ينضج تماما مع اضافة قليل من الماء كلما احتاج الامر .

٥ - عندما ينضج ينشل من فوق الخضر ويلف فى ورقة شفاقة مدهونة بالسمن ويترك فى الثلاجة حتى يبرد ثم تفك الدوارة .

٦ - عند التقديم ضعى مقطع اللحم فى طبق صيني مستطيل ويقطع بسكين حاد جدا الى شرائح رفيعة كما هو موضح بالرسم . وقدمى معه سلطة خضراء .

يمكنك تقديمه ساخنا وفى هذه الحالة قدمى معه بطاطس محمرة وضعى اللحم فى طبق مستطيل ثم صبى حوله صلصة الخضار المتخلفة من الطهى بعد هرسها وتصفيته من منخل سلك واطعمة قليل من الماء اليها ، صبى جزءا قليلا من هذه الصلصة حول اللحم وقدمى الباقي فى قارب الصلصة

فبمسلة
الشعر
والرقصة

تلتقاها الأدم من أبنائها
حين تقدم لهم الحسوى
مصنوعة بالنبات الفاخر الممتاز

نبات السبع

أحدث ابتعا لناف عمار



انتاج

شركة مصانع الزيت والصابون

(ناف عمار سابقاً) ش. م. م.

المركز الرئيسي: طنطا: ت ٢٣٠١ - ٤٩٧
القاهرة: ت ٢٥١١٠ - الإسكندرية: ت ٢٦١٥٩



اسجوت

ويمكنك عمله لغرض حفظ مقدار من اللحم الزائد عندك واستعمليه بعد أيام في عمل أطباق متنوعة منه .

المقادير :

رطل لحم أو مقدار اللحم الزائد عندك وترغبين في حفظه - ملعقة صغيرة ملح - ربع ملعقة شاي بهار وقليل من الفلفل - ربع ملعقة شاي قرفة مسحوقة .

الطريقة :

١ - افرمي اللحم فرما ناعما ثم اخلطي عليه التوابل وافرميها جيدا .

٢ - اغسلي أمعاء الخروف الدقيقة وجففيها بفوطة وعلقها في الهواء لمدة قصيرة حتى تجف نوعا .

٣ - املئي الأمعاء باللحم ويستحسن استعمال القمع الخاص بذلك ولا حظي ترك فراغ في الأمعاء بين كل مسافة وأخرى حوالي ١٠ أو ١٢ سم ثم ابرمي هذه المسافات كما تلاحظين في السجق الجاهز .

٤ - يعلق في الهواء في مكان رطب بعيدا عن الحرارة .

٥ - استعمليه عند الطلب بتقطيعه الى القطع المناسبة وحمريه في السمن ويقدم مع بطاطس أو مع بيض مقلي في السمن .

طريق تحضير الخضار باللحم جونج

إذا أردت أن تحضري طبقا شهيا لذيذا باللحم « جونج » مع أي نوع من أنواع الخضار البطاطس مثلا أو الباذنجان أو الفاصوليا أو اللوبيا أو السبانخ أو الخرشوف أو أي صنف آخر من أصناف الخضار أو المكرونا أو الارز فاتبعي التعليمات الآتية :

١ - حضري الخضار كالعادة مع استعمال الطماطم أو الصلصلة .

٢ - قبل نضج الخضار تماما أضيفي اليه اللحم الموجود في علبة « جونج » واتركي الجميع على النار لمدة دقيقة واحدة ثم أطفئي النار .

٣ - بهذه العملية تجدين لديك طبقا لذيذا شهيا ممتعا من لحم جونج بالخضار .

٤ - وعلى جمال هذا الطبق الشهى فانه لا يكلف ربة البيت كثيرا من النفقات فعلمة لحم « جونج » إذا أضيف الى نصف كيلو من الخضار تكفي لغذاء أربعة أفراد .

علبة اللحم « جونج » رخيصة الثمن شهية لذيدة الطعم فضلا عن أنها تجمع كل مميزات اللحم الطازج ومعبأ على أنه مطبوخ وما عليك الا تسخينه فقط .

جربي وأنت واثقة لحم « جونج » مع جميع أنواع الخضار لتحصلي على أكلة شهية قليلة النفقات كثيرة الفائدة .

طعام في يوليو



الأحد أول يوليو

أرانب محمرة ، ملوخية ، دمنة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة



الاثنين ٢

بادنجان مقلي ، سلطة زبادي بالخيار ، بادنجان بصلصة الخل والتوم ، فاكهة



الثلاثاء ٣

فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



الأربعاء ٤

كفتة اللحم ، ورق عنب محشو ، سلطة زبادي ، كوسة مكمورة ، فاكهة



الخميس ٥

ترلي ، مكرونة اسباجتي ، سلطة خضار ، فاكهة



الجمعة ٦

باميا مكمورة ، لحم بوفتيك ، أرز مفلفل ، سلطة خيار ، فاكهة



السبت ٧

مسقعة بادنجان بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة زبادي ، فاكهة



الأحد ٨

كباب حله ، كوسة مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خيار ، فاكهة



الاثنين ٩

فاصوليا جافة مكمورة بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



الثلاثاء ١٠

كفتة بالدمنة ، صينية بادنجان بالبشامل ، مكرونة سلطة خيار ، فاكهة



الأربعاء ١١

لوبيا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، مهلبية



الخميس ١٢

بوفتيك بالبيض والبقسماط ، باميا ويكة ، أرز مفلفل ، سلطة خيار ، فاكهة



الجمعة ١٣

بطاطس مكمورة بدون لحم ، مكرونة اسباجتي ، سلطة خضار ، فاكهة



السبت ١٤

صينية البادنجان بالبشامل ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



الأحد ١٥

كفتة اللحم بالدمنة ، صينية المكرونة بالبشامل ، سلطة خضار ، فاكهة





برو كلاكس



التيكولان الملية ذات الشهرة العالمية



لن اغادر القاهرة السي
الخارج .. خارج حدود مصر
مثلما يفعل الموسرون الذين
اعتادوا الا يروحوا عن
انفسهم الا خارج الحدود ..

ولن اغادر القاهرة السي
الاسكندرية ، ولا الى رأس
البر ، ولا الى مرسى مطروح
ولا الى بلطيم ولا السي اي
شاطيء من شواطئ بحرنا
العظيم الواسع الممتد شرقا
وغربا .. كهؤلاء الذين لا تكاد
شمس الصيف تدق على
ابوابهم المغلقة حتى يعجلوا
فيجمعوا انفسهم ويتركوا
القاهرة هربا من الشمس
ومن الحرارة ومن الصيف
.. ليجدوا متعتهم هناك عند
الشاطيء العربيض الهاديء
الصاحب في آن معا .. !

شاطيء النيل ..

الشاطيء؟! ان شاطئء
النيل الجميل الطويل الممتد
يفوق الانجماله في عيني كل
سطنان الدنيا مجتمعة ..
وان كورنيش النيل النظيف
البديع المنسق ليعتث في
النفس الراحة والاطمئنان
.. وان ساعة واحدة من
ساعات الغروب الساحر عند
ضفتي النيل الخالد لتفوق
عندي ساعات اليوم مجتمعة
في اي مكان آخر .

مع الفجر ..

ومع خيوط الفجر الاولى
.. قبل ان تطلع الشمس
فتملأ الدنيا نورا وحرارة ..
تعال في جولة هادئة على
شاطيء نيلنا العظيم .. في
طلوع الشمس على خضرة
الضفتين وبريق اشعاعاتها
الذهبية في اسنة الاشرعة
البيضاء المتناثرة هنا وهناك
على صفحة مائه الزرقاء !

ليالي القاهرة

الكازينوهات التي تحيل
ليل القاهرة على الشاطئء
رقصة دائمة متصلة ولحنا
مستمرا ..



نعم .. ان حر هذه الايام لا يطاق ان اللم يغلي في عروقي .. والشمس تكاد
تصهر راسي .. واذهب الى عمل واعود من عمل الى منزلي وانا غارق في بحر من عرق
الصيف الخائق .. ولكنى - اؤكد لكم ! اننى لن اغادر القاهرة !



على النيل الساحر .. كازينوهات ..



في حمام
السباحة

ملاهي العاصمة .. لا على
الشاطئ وحده ، ولكن
ايضا في الجزيرة والحلمية
والهرم ومصر الجديدة وفي
كل مكان .. ليست شيئا
جميلا حقا وجديرا بأن
يستغنى بها الانسان عن
الملاهي في اي بلد اخر ..!
تقدم مستمر

وستمضي القاهرة في
التقدم حتى تكون بحق
عروس الشرق .. تلك
العاصمة العظيمة التي تتعلق
بها القلوب ولا يفضل عليها
الناس اي بلد اخر
مضيف الشرق

ستكون بعد حين غير بعيد
- وقد اصبحت فعلا -
مضيف الشرق الجميل .
وكعبة الراغبين في الراحة
والمتعة والهدوء

لن اغادر القاهرة هذا
الصيف ، وفي الصيف القادم
هل تقضي الصيف هنا ..
ام انك من الباحثين عن
المتاعب .. والراغبين في
تحميل انفسهم مالا طاقة
لهم به لا شيء الا يقولوا
انهم غادروا القاهرة لقضاء
الصيف في هذا البلد او ذلك
البلد من بلادنا المصرية او غير
بلادنا المصرية من بلاد الله ؟!

الصيف في القاهرة ، قرب
من مصالحنا ومن اعمالنا .. دون
انزعاج ودون نفقات .. وساعوى
متاعب النهار بساعة قضيتها على
سطلان النيل الجميل ..

« ي . فهمي »

الشعب على الكورنيش



انهكه الحر فاخذ له تصيلة





تفضل معنا .. (للمصور حسيب)

* * *

• لأول مرة غنت أم كلثوم للملحن الشاب محمد الموجي نشيد «الجلال» نظم الشاعر احمد رامى •

ومما يجدر ذكره .. انها منذ عشر سنوات لم تغن فيها الا للملحن واحد هو رياض السنباطى ، بعد خلافتها مع الملحن المعروف ذكرى احمد •

• مما هو جدير بالذكر فى نتيجة مسابقة (رمضان كريم) التى اذيعت طيلة شهر رمضان الماضى ، ان الفائزين بالجوائز الاولى سيدات وأنسات وكان عدد الردود ٢٥ ألفا منهم حوالى ١٧٠ ردا صحيحا

• يشتغل ان تبت مصلحة الفنون فى امر تعيين مدير جديد للفرقة المصرية الحديثة بعد عودتها من رحلتها فى بعض الاقطار العربية والمدير الجديد رجل محاسب لا يشتغل بالتمثيل او الاخراج •

• للمثال السجينى مثال « أم صابر » شهيدة القنال • وقد اشتركت به مصر ضمن مجموعات التى ستمرضها فى جناحها الخاص فى أكبر معرض عالمى للفنون ببيئالى فنيسيا الذى تشترك فيه اكثر من ٣٠ دولة •

• يقام بالقاهرة لأول مرة فى شهر اكتوبر القادم مهرجان السينما الروسى حيث يقدم الاتحاد السوفيتى اكبر انتاج سينمائى يستمر اسبوعا كاملا بدار سينما اوبرا

في اختيار



نجيب الريحاني
ذكراه السابعة

ام كلثوم
رابعة العدوية

بولجانين
الافلام الروسية

• احتفل فى الشهر الماضى بالذكرى السابعة للمغفور له نجيب الريحاني حيث ألقى بعض الكتاب والشعراء والمهتمين بشئون المسرح كلمات مناسبة ثم قدمت فرقة الريحاني بعض فصول من مسرحيات اشتهر بها المحتفى بذكره • واختتم الحفل بكلمة رقيقة القاها الاستاذ بديع خيرى زميل الراحل الكبير •

• لأول مرة تشترك ام كلثوم فى برنامج شادية السماء بالاذاعة فى اوبريت عن « رابعة العدوية » به ستة الحان للسنباطى والطويل والموجى يشترك فى تمثيله بعض كبار الممثلين ومن اخراج عثمان اباقه •

ويتنظر اذاعته فى ٢٣ يوليو الحال •



لوحة فنية رائعة .. للفنان العالمى ومبرانت



يعانى الادب اليوم محنة كبرى ومصدر هذا العناء ادعياء الادب الذين صعب عليهم فهمه وعز عليهم استيعاب فنونه أو جانب منها فراحوا يهاجون الادب باسم التجديد وراحوا يسترون ضعفهم بما ينادون به من ضرورة التحلل من الادب القديم والاتجاه الى ادب جديد •

والادب الجديد فى نظرهم هجر للاسلوب الراقى والمعانى الفريدة وهجر لاختبار الالفاظ الجميلة المعبرة وهجر لقواعد اللغة وهجر محاكاة البلاغ وهجر لاوزان الشعر والقافية والروى •

وأنا لا أدري ماذا بقى للاداب بعد ذلك حتى يسمى ما ينادون به أدبا جديدا وما الفارق اذن بين اسلوب العامة واساليب الادباء •

الادب ككل فن له اصول وقواعد لا يمكن اهمالها واغفالها فالفنان يبتكر ويجدد ولكن مع مراعاة شيء هام هو اصول الفن وقواعده فاذا أغفل هذا الجانب كان عمله شيئا اخر غير الفن والمهندس يبتكر ويجدد ولكن مع مراعاة اصول الهندسة وقواعدها فاذا أهمل هذا الجانب ذهبت جهوده هباء •

والناس يبتكرون ويجددون ولكن مع مراعاة الذوق العام فاذا لبس واحد منهم البنطلون مكان الجاكته أو لبس القميص فوق الجاكته فهل هذا يسمى تجديدا يقصره الذوق والعرف العام والقواعد المقررة ؟ •

الحق ان كل ما يجافى الذوق واصول الفن والقواعد المقررة فى كل شيء فى الحياة يكسون نصيبه الاهدال ومصيره الفناء • والادب ككل شيء فى الحياة له اصوله وقواعده اذا أهملها الاديب فى تجديده وابتكاره كان عمله شيئا اخر غير الادب ولا يمكن أن يسمى أدبا •

« ع »

العدو ما يدركه للأساذ يوسف فهمي

كم من السنوات مضى منذ خطت السينما خطواتها الأولى ؟
كم من السنوات مضى منذ كان الفيلم المصري طفلاً يعبو ؟
إذا كنا نستطيع عد السنين ، فإننا لن نستطيع عد اللجان التي
شكلت واللجان التي اجتمعت واللجان التي انفصلت لتبحث مشكلة
السينما المصرية ومشكلة الفيلم المصري ... دون ان تصل الى
نتيجة !..

بعد كل هذا العمر الطويل نبدأ من جديد في هذه اللجان وهذه الاجتماعات التي لن تنتهي قبل أن تكون والتشخيص !..



جينى لولو بريجيلا
صاحبة الوجه المثلج في التصوير !..

السينما المصرية بين كل هذه اللجان « الروتينية » والبحوث والمناقشات تحتضر .. ترى من لها ينقذها ويعالجها من كل النواحي بيد الجراح الحاسمة قبل ان تموت ..

بعد هذا العمل الطويل في حياة السينما المصرية نبدأ من جديد في تشكيل اللجان وعقد المؤتمرات وتكرار الاجتماعات للبحث والدرس والفحص والتشخيص .. كأن الفيلم المصري مريض بمرض مجهول احتار في معرفة دائه ووصف العلاج اللازم له كل « كونسولتو » اجتمع في هذه السنوات العديدة الطويلة التي مرت من قبل .. !!

بعد كل هذا العمر الطويل نعود الى سياسه اللجان والمؤتمرات التي أضرت كل اصلاح وعقدت كل سهل !..

بعد كل هذا العمر الطويل تبدأ مجموعة أو أكثر من الناس في الجلوس على مقاعد مريحة لمناقشة موضوع الفيلم المصري والسينما المصرية .. والجالسون على المقاعد المريحة هم أبعد الناس عن فكرة الفيلم المصري وموضوع السينما المصرية لنسب بسيط هو أنهم لم يشاهدوا في حياتهم فيلماً مصرياً واحداً ولم يخبروا من قبل حقيقة العمل في ميدان السينما المصرية !..

ولكن هذا الاسلوب العتيق لن يستمر في حياتنا الحاضرة الثائرة على الاوضاع الروتينية العتيقة .. لن يستمر في السينما المصرية كما لم يستمر في مختلف ميادين النهضة والاصلاح .. وستنفض السينما المصرية عن نفسها غبار الخمول لتسير في موكب النهضة الحديثة لا كفن من الفنون فحسب ، ولكن كأساس أيضاً من أسس التقدم المنشود ..

أما المرض المعروف
وأما العلاج فهو صوف ...
المرض في كلمة « طفيل » ..
والعلاج في كلمة « تطهير » ..
ماذا بقي اذن ؟ .. بقيت اليد الحاسمة التي تقوم بخطوة عاجلة وفي غير تردد بعملية البتر لتطهير صفوف السينمائيين من الدخلاء وادعياء الفن من شركات الانتاج الوهمية والعناصر الفاسدة الذين يسيئون الى هذه الصناعة .. ويعرقلون الارتفاع بالمستوى الفني للمشتغلين بالسينما في مصر .. بحيث لن يسمح الا لاصحاب الاهلية الفنية بالعمل في هذا الميدان الكبير وعلى الحكومة ان تساهم في انهاء السينما باستخدام الخبراء وايقاد البعثات وفتح اسواق خارجية للفيلم المصري في الشرق والغرب

أما اللجان وأما الاجتماعات وأما الجلسات التي لا تفرغ ولا تنتهي .. فقد فات أوان عملها واسلوبها منذ عهد بعيد !..

يوسف فهمي

أسماء الفائزات بهذا بنت النيل

هدية فاخرة
تقدمها لك
"بنت النيل"
مجانيًا

اكتب اسمك
وعنوانك

على هذا الكوبون
لتفوزي بأهدائها

آخر موعد
لإرسال الكوبون
يوم ١٥

كوبون لهذا بنت النيل

الاسم

القنوان

الفائزات من خارج
القاهرة يرسلن للمجلة
طابع بريد بخمسة قروش
لإرسال الهدية اليهن

الفتاح موافى بسواحل ابو
قير - حافظة احمد الحماقي
بالمنصورة - الانسة عواطف
سالم بالقليوبية - ملك
الشتناوى بالمحلة الكبرى -
سلوى سليمان محمد
باسكندرية - ماري جرجس
بالمنيا - هدى فهمى عبد
الملاك بشبرا - حرم المهندس
احمد الخفرجى بدمياط -
امينة عبد الحميد موسى
بالمنصورة - فوزية فهمى
عبد الملاك بشبرا - وجيهه
حسن عزب بطنطا - الانسة
عفيفة عبد الخالق بأجسا
دقهلية - حرم يس محمود
عبد الحميد بخزان اسوان -
فوزية اسماعيل ابو زيد
بالاقصر - سامية محمود
رضوان باسيوط - عائدة
محمود حسن عثمان
باسكندرية - ازهار عبد
الحميد محمود دكرنس -
زيزى عبد الوهاب الخولى
بدمهور - نعمات كامل
بالجيزة - حرم الدكتور
ناروز باسوان - حرم
ابراهيم حنا لبيب بالقشن -
حرم سليمان محمد الشتوى
باسكندرية - كوثر محمد
ياقوت عباس باسكندرية -
مادلين شنودة بالقاهرة -
رجاء عبد اللطيف بابوتيج -
رقية عبدالرحمن باسكندرية
- حرم السيد يوسف
سويحة بالسويس - اليس
فهيم الفيوم - عزة امين
الفندور باسكندرية - نعمات
السيد عمران باسكندرية -
رمزية كامل محمد بالسويس
وداد سعيد عبد الله
بيوسعيد - بلانش مسيحة
وهبه ببنى سويف - عايده
سعيد على بالقناطر الخيرية
مصر - مدام اسعد الفجرانى
بجرجا - حرم نصيفت
شحاته باسكندرية - عائدة
الحمامى باسكندرية

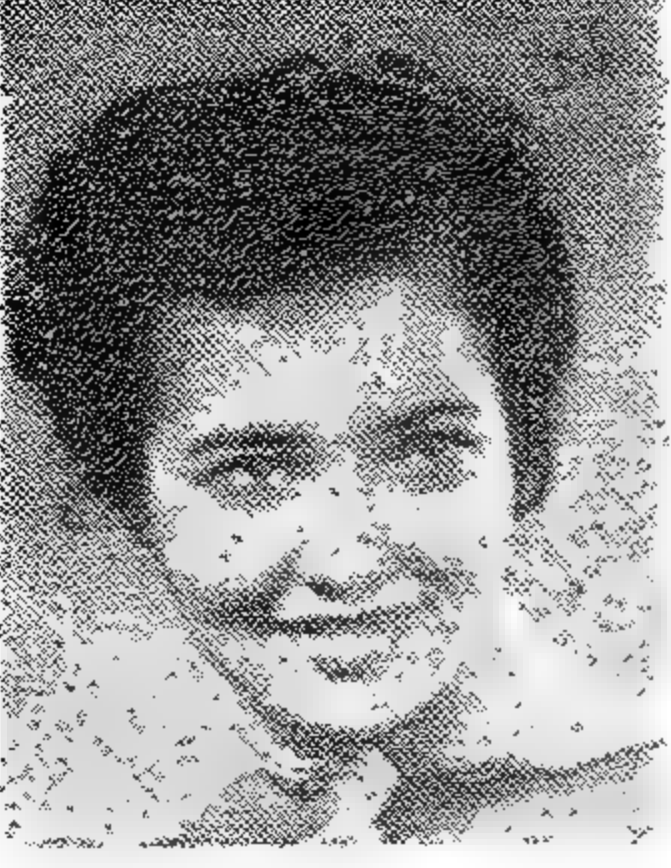
عبد الحميد بمصر - رجاء
محمد بمصر - فوزية سليم
بمصر - ماري لويس بمصر
- جانيث مصيف بمصر -
حرم فهمى عريان بمصر -
ملك الابرارى بمصر -
عشماوى بك عبد الرحمن
بمصر - السيدة مادلين
حبیب ايوب بمصر - منيرة
تادرس موسى بمصر - ناني
الحامولى بمصر - الانسة
عائشة رجب بمصر -
عفاف حسين محمد على
بمصر - عايده حلمى بمصر
- سامية احمد بمصر -
عليه محمد فرج بمصر -
سلوى سعد عبد الحافظ
بمصر - حرم عبد الرؤوف
الطوانسى بمصر - انعام وهبى
الشعراوى بمصر - جانيث
زكى بمصر - ايجيت عقاد
بالقاهرة - سهر حنفى
محمود بالاسكندرية - حرم
اسماعيل سامى بالاسماعيلية
عائشة حسن عبد الله
بالاسماعيلية - سامية بنوان
بالاسكندرية - فتحية نصر
بينها - رجاء احمد رضوان
باسكندرية - حرم اسكندر
حنا بالمنيا - درية مدعش
بحلب سوريا - بولس
جرجس بالمنيا - فاطمة
محمد انعام بالاسكندرية -
درية محمد لهيطة ببورسعيد
- مدام سليم صادق
بالزيتون - حرم الصاغ عبد

فاز بعلبة خميرة رويال
بيكن بودر كل من السيدات
والانسات :
جوزفين فلسطين بشبرا -
احمد محمد جاد ببولاق -
الفت عباس حسن بالسيدة
زينب - وليلى عبد المنعم
حسين بالقلعة - محاسن
احمد دسوقي بكوبرى القبة
- عزيزة المصرى بمصر
الجديدة - حرم الصاغ محمد
على صدقي بالعباسية -
نبيلة محمد ابراهيم بعين
شمس - ت بلتاجى بمصر -
السيدة استر جباى بمصر
- لنده عبد العزيز احمد
داود بمصر - فوقية عبد
الحميد بمصر - عدلية قاسم
محمد بمصر - مدام ماري
سلامة بمصر - حرم الاستاذ
شحاته كامل بمصر - درية
عبد الحليم احمد بمصر -
مدور اسكندر حنا بمصر -
قوت القلوب محمد عبده
بمصر - سوسن خليفة
ابراهيم بمصر - بثينة احمد
فؤاد بمصر - قدرية محمد
كامل بمصر - شوقيه
العلوى بمصر - حرم
كرم توفيق بمصر - مشيرة
صدقي بمصر - عطيات
صليب مقار بمصر - ماري
فريد فلتش بمصر - ناديه
عبد العظيم بمصر - هدى
شريف بمصر - حمديه فرج
صالح بمصر - هدى عيسى



القاهرة : مدام سليمان باسكندرية ٢ تلفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ٢٥٠١٥
البريد : شارع شريف رقم ٢٢ تلفون ٢٣٩٢٩ جميع مكاتب الساحة العامة





أعرفي زميلاتك

- ◆ الأنسة سناء فتح الله
- ◆ بالسنة الثانية بقسم الصحافة
- ◆ تهوى قراءة الادب الانجليزي
- ◆ تعمل في قسم البحوث
- ◆ بدار اخبار اليوم
- ◆ أمنيته ان تصبح صاحبة دار صحفية كبرى

◆ أقيمت مسابقة بطولة جامعات الولايات المتحدة في ألعاب القوى ، وكانت نتائجها غداء دسما للجنة اختيار الفريق الأمريكي الاولمبي . وقد حطم كثير من الجامعيين أرقاماً محلية ودولية قياسية ، واختير فعلاً عدد من هؤلاء الجامعيين لتمثيل أمريكا في دورة ملبورن الاولمبية .

◆ تتراوح سن الجامعيين ، الذين يمثلون أمريكا في الدورة الاولمبية بين سن السادسة عشرة والثامنة عشرة .

◆ يعتبر ميدان الجامعات في الولايات المتحدة أخصب منهـل لأبطال أمريكا والعالم في ألعاب القوى والسباحة : ولا يقل نشاط ونتائج الطالبات في هذه الجامعات عن نشاط ونتائج الطلبة .

◆ أغلبية أبطال اليـابان الاولمبيين من طلبة الجامعات ، وقل أن تجد بطلاً بارزاً غير جامعي

الانسة علي محمد علي : جامعة القاهرة

تقترح أن ينشأ ناد بكل كلية يجمع بين جميع وسائل التسلية ويظل مفتوحاً طوال العطلة الصيفية حتى لا تنقطع الصلة بين الطالبة وزميلاتها .



الانسة عنايات علي خليل : جامعة القاهرة

تقترح ألا تقتصر الدعوة في أسبوع شباب الجامعات على الشباب العربي فقط بل يجب أن توجه الدعوة الى سائر الشباب الجامعي في مختلف أنحاء العالم ، وتعتقد أنه بهذه الطريقة ستكسب مصر دعابة عظيمة في الخارج .



نحن نقترح

نظمت تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التي ترد إلينا .. وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام في حدود القانون والنظام .. وترجو أن ترفق بالاقتراحات صور أصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



نحو جامعة الفصل
وجهت مصر الدعوة الى ١٥٠ ألف طالب وطالبة من مختلف الدول العربية لحضور المهرجان الرياضي الذي سيقام في الاسكندرية بمناسبة أسبوع شباب الجامعات في ٢٦ يوليو الحالي .. واني ادعو كل جامعية وكل جامعي الى الاشتراك في هذا المهرجان سواء كانوا من الرياضيين أو من غير الرياضيين فان مجرد الاشتراك في هذا المهرجان فيه دعابة ضخمة لمصر في الخارج .. فان الاختلاط بالشباب المصري من ضيوف مصر والتحدث اليهم عن نهضة مصر .. والطواف معهم في أنحاء مصر حتى يقفوا على ما وصلت اليه من تقدم وحضارة .. كل هذا فيه مصلحة كبيرة لوطننا .. فأرجو أن يتسابق الجامعيون لتأدية هذا العمل الوطني الذي سوف لا يكلفهم أدنى مشقة أو تعب .
سمير عبد القادر

كلية الحقوق بجامعة القاهرة تفوز بكأس درية شفيق للصحافة الجامعية



اجتمعت لجنة الصحافة الجامعية بجامعة القاهرة واستعرضت صحف كليات جامعة القاهرة المتسابقة على كأس الدكتورة درية شفيق . وقررت منح الكأس لصحيفة رسالة الجامعة التي يصدرها اتحاد كلية الحقوق وفازت بالجائزة الثانية صحيفة اتحاد كلية قصر العيني والجائزة الثالثة صحيفة الهدف التي يصدرها اتحاد كلية الاداب . وكذلك منح خمس وعشرون جائزة أخرى لأصحاب البحوث والمقالات التحقيقات الصحفية الممتازة من بين طلبة وطالبات الكليات المختلفة . هذا وينتظر أن يعلن في أوائل العام الجامعي شروط المسابقة للعام الجديد بين الجامعات المصرية . ويرى في الصورة الدكتور هيكل وأعضاء لجنة التحكيم

◆ أصبح من المقرر أن يطبق نظام الدور الثاني ابتداء من هذا العام .. سيبدأ أولاً بتطبيق هذا النظام في الكليات النظرية ، ستعرض كل كلية لائحتها الداخلية على مجلس الجامعة التابعة لها لأقرارها .. من المنتظر أن تعرف كل اللوائح قبل نهاية الشهر الحالي .. سيكون موعد الدور الثاني في سبتمبر .. ويسمح بدخوله لطلبة السنة الثانية والرابعة مهما كان عدد المواد الراسب فيها الطالب .. أما السنوات الأخرى فيجب ألا يكون الطالب راسباً في أكثر من نصف مجموع مواد الفصل الدراسي الواحد حتى يسمح له بدخول الدور الثاني .

◆ قرر مجلس جامعة عين شمس انشاء كلية للبنات بدلاً من معهد التربية للمعلمات ابتداء من العام الجامعي القادم . ومدة الدراسة أربع سنوات تمنح فيها ليسانس في الاداب والتربية والعلوم وبكالوريوس في التربية والاقتصاد المنزلي .

◆ يوجد لكل كلية وكل جامعة في أوروبا وأمريكا سجل للاقيسة الزمنية وغيرها في مختلف اللغات ، يرجع الى مولد الكلية أو الجامعة .

خطاب الشهر

يقول زوجي أنني دائماً أقابله بالتبؤيز والتكشير وأن هذا الأمر يحيره لأنه لا يرى سبباً داعياً لذلك فهو يريد - كما يقول - أن يجعلني أسعد زوجة ولكن لا يمكنه من ذلك من كثرة التبؤيز . فأسأله عن السبب المباشر لهذا التبؤيز أسأله لم السهر في الخارج لساعة متأخرة من الليل ، ولماذا الشحط بدون أي سبب ثم أسأله لماذا لا ينتظر قليلاً لا يمكن من سماع ما يريد فإذا ما استوضحته ما يريد ثار وأرغى وأزبد .

انه يعامل الجميع في المنزل معاملة الخدم ولا ينظر الى كربة منزل ولا كشرية حياته انه انسان كنوم لا أود أن أصفه بأكثر من ذلك انني أساعده في حل مشاكله وهو يداريها عني كيف أضحك لانسان أشعر شعوراً حقيقياً بأنه يهينني أمام الأهل والاصدقاء .. انني أعيش معه لاجل أطفال الصغار الذين هم في حاجة لرعايتي وحناني .

أنا لا أريد منه الا الاعتراف بحقوقى كزوجة فيحترمني ويشعروني بحنانه ويعرف مقدار زوجته وعند ذلك تذهب « تبؤيزتي » كما يقول وأشعر بالسعادة حقاً .

ن ١٠٤ - الزيتون

بنت النيل - تأملت عند قراءة خطابك لا عن اساءة زوجك اليك فقط بل على الاخص لما قرأته بين سطوره من حب يربط بين قلبيكما . وفي الواقع ان الامر لا يخرج عن سوء تفاهم بينكما نتيجة لاختلاف طباعكما وبعض من الكبرياء يخفي وراءه قلباً كبيراً عند كل منكما .

وأساس مشكلتك هو عدم محاولة أي واحد منكما فهم الآخر والوصول الى هذا التفاهم ليس أمراً سهلاً - ويتطلب كثيراً من اللباقة والصبر والإيمان - وهذه الصفات تتحل بها المرأة فهي العنصر الحنون في الأسرة .

فابدئي أنت بالخطوة الاولى وحاولي تقرب المسافات بينك وبين زوجك فان في ذلك تلطيفاً للجو وتبيدي ما فيه من سحب .

حاولي ادراك رغباته بسرعة وفهم افكاره حتى قبل أن يتكلم فالرجل ما هو الا طفل كبير اذا ما عومل بسياسة استعمل كل ما عنده من ذوق للرد بالمثل .

كوني مرحة حتى ولو أساء اليك فالمرح من أجمل طباع المرأة ومن أهم عناصر جاذبيتها . والمهم في كل ذلك أن تكوني صبورة حتى تصل لهدفك وثقي تماماً أن انتصارك في هذه المعركة سينسبك كل ما تشكين منه وستصبحين من أسعد الزوجات واعلمى أن السعادة لا يمكن تحقيقها وتذوقها الا بعد كفاح سواء طال أو قصر .



فكرة هائلة

يسرني أن اكتب لسيادتكم وأنا أعلم تمام العلم أنك تفخرين دائماً بكل مصرية تقتحم ميدان الحياة العامة وتساهم بمجهودها في بناء مروح هذا الوطن أدبياً واقتصادياً .

لدى يا سيدتي مشروع اعتزم تنفيذه بأمر الله تعالى وهو فضلاً عن انه مشروع مثمر فانه سيساهم الى حد ما في التغلب على الازمة في ناحية من نواحي التمويل كما أن حكومة الثورة تشجع دائماً مثل هذا العمل وتنادى به الاذاعة دائماً في (ركن الريف) .

هذا المشروع هو اقامة مزرعة نموذجية حديثة لتربية الدواجن في احدى ضواحي الاسكندرية الا اني قد احتاج الى مبلغ ألف جنيه أود اقتراضها من بنك الائتمان العقاري الذي أنشئ حديثاً لمثل هذه الأغراض أو بنك التسليف الزراعي والتعاوني أو أي جهة أخرى لها فروع أو وكلاء بالاسكندرية يمكنني أن اقترض منها وعندي الضمان العقاري الكافي لمثل هذا المبلغ بمدينة شبين الكوم - منوفية



وكل مساعدة أرجوها من سيادتكم في هذا السبيل هي اخباري عن أفضل جهة يمكنني أن أجا إليها لاقتراض هذا المبلغ وما هي

المشروع شيئاً فشيئاً بنماء الدواجن وتناسلها .

لقمة هنية ..

ولدت سنة ١٩٢٩ لوالد لم يملك من حطام الدنيا الا مربيه ورزقي بعدى بثلاثة أولاد آخرين وكان جل همه أن يرى أولاده وقد حصلوا على قدر من الثقافة يكفل لهم عيشة أنعم مما عاشها هو وكنت برغم صغر سني أشعر بهذا الأمل ولكن القدر لم يمهله فاخطفه منا .. وأنا أكبر اخوتي لم أبلغ الحادية عشرة بعد وكنت قد حصلت على الشهادة الابتدائية ولن أقص كسم قاسينا وكم تعذبنا وكم جعنا وكم تمرينا ولكني سأعرض عليك بإيجاز ما حققت في سبيل تحقيق أمل والدي . خرجت من المدرسة وبحثت عن عمل أي عمل من صبي في ورشة الى كاتب يومية في إحدى المصالح وهكذا علت اخوتي الواحد بعد الآخر وبعد خمسة أعوام عاد حنيني الى الدراسة فالتحقت بالمدارس الليلية ثم الجامعة وحصلت

ويمكنك اقتراض المبلغ اللازم لك من أحد (البنوك العقارية) ولها فروع بالاسكندرية يمكنك الاستدلال عليها بكل سهولة . وعليك أن تتصل بالمختصين في هذه البنوك وتشرحي لهم مشروعك وما يلزمه من مال للقيام به وبيان ما عندك من عقارات بيانا دقيقاً لضمان المبلغ الذي تودين اقتراضه وسيرشدونك للاجراءات الواجب عليك اتخاذها للحصول على القرض المطلوب .

وتسهلاً لهذه المهمة نقول لك ان بنك (التسليف العقاري المصري) يقدم الآن سلفيات على عقارات ومركزه الرئيسي بمصر في شارع الشهيد المتفرع من شارع قصر النيل بالقرب من ميدان مصطفى كامل كما ان جميع شركات التأمين تقدم أيضاً سلفيات على عقارات .

فاذا تعذر عليك الآن عقد سلفة بسبب طول الإجراءات فإني أنصحك بالبدء في مشروعك صغيراً بساى مبلغ صغير ومع مرور الوقت يكبر

شروط الاقتراض اذ أن البنوك التي ذكرتها ليس لها أي فروع أو مكاتب استعلامات بالاسكندرية وما هي الاجراءات التي قد تتبع في مثل هذه الحالة وهل يمكنني تحرير طلب الاقتراض وارساله للبنك وتكملة الاجراءات التي تسبق الصرف وأنا بالاسكندرية ان لم يكن للبنك فروع أو وكلاء بالاسكندرية وان كان له فروع أو وكلاء بالاسكندرية أرجو ذكر عنوانها - كما أرجو الا تبخل على بنت النيل بنصائحها الغالية التي قد تنفعني عند القيام بعمل هذا المشروع والذي ان تسم بأذن الله فسوف يكون مفخرة لكل سيدة مصرية .

ح ١٠٤ -

مشاركة بينت النيل

بنت النيل - ان مشروعك مفخرة لكل سيدة مصرية وهو ان دل على شيء فانه يدل على تقدم المرأة المصرية وشعورها بكيانها كعضو عامل في مجتمع يتطور من يوم لآخر بسرعة فائقة .

البحث عن محمد

(بنت النيل) تساعدك
في الحصول على العمل بنشر
طلبك مجاناً في هذا الباب
خدمة لك ولأصحاب الأعمال

عبد العزيز ابراهيم يوسف :
بكالوريوس تجارة شعبية
محاسبة

١٠ ش أحمد نجيب شبرا
مصر نهاية التربة البوالة

نهي عبد الوهاب : حاصلة على
التوجيهية تطلب عملاً كتابياً .

١٣ ش بونايرت مصر الجديدة
سميرة شفيق : حاصلة على

التوجيهية ترغب في العمل
كمسكينة أو أي عمل كتابي .

١٣ ش بونايرت - مصر الجديدة
فاروق علي عبد الحافظ : حاصل

على اتمام الدراسة الثانوية
القسم الخاص يعرض نفسه للعمل

١٦ ش محمود النجاشي بالجيزة
ليل لؤيس جرجس : تطلب عملاً

أثناء اجازة الصيف منقولة الى
السنة الثانية بالقسم العلمي

٣١٥ ش شبرا مصر بالقرب من
تفتيش الري

أنسة أم : تحمل التوجيهية -
تريد عملاً كتابياً .

نرجوك يا أنسة أن ترسل لنا
عنوانك بالكامل

أنسة م.م : تحمل التوجيهية
تريد عملاً كتابياً .

نرجوك يا أنسة توضيح عنوانك
ليسهل على أصحاب الأعمال

الاتصال بك .
أنسة نور محمد علي - تجيد العربية

وتتكم الانجليزية .
حارة قواديس رقم ٧ عابدين

مدام كليز نخله ١٨ ش بن بنات
شبرا تجيد الفرنسية

والانجليزية اشتغلت ٩ سنوات
في فنادق سميراميس وأسوان

والاقصر تطلب عملاً مائلاً
فتحية الحسيني - ٦٥ ش رياض

باشا حلوان - تتكلم الانجليزية
والالمانية مع إجادة العربية نطقاً

وكتابة على الماكينة تطلب العمل
بمكتب أو مؤسسة أو تليفون

الأنسة فاطمة عبد الفتاح حاصلة
على التوجيهية تجيد العربي

والانجليزي والفرنساوي -
ش ابن عباد الانصاري ٢٢ حارة

الزرقاني - العباسية
الأنسة منجا عزيز : تتكلم عربي

تكتب عربي جيداً وفرنساوي ببطء
وانجليزي جيداً وفرنساوي ببطء

٢٤ ش البكري حارة أنجا هانم
شبرا

العائلة وفي بعض الاحيان اسلم
عليه حينما يكون مع والدته وهو

موظف محترم من عائلة محافظة
وتقدم لوالدي يطلب يدي فرفض

لاني صغيرة وقال له تقدم بعد
عامين حتى اكبر والان وقد مضى

العامان وتم عقد القران وعلمت انه
يحبني حب العباد الا انه يناديني

(بياحبيتي) وكثيراً ما اسمع منه
كلمات الغرام والهيام وهذا كل يوم

كانه اسطوانة وأكثر من هذا انه
يقبل يدي بمناسبة وبغير مناسبة

وكثير ما يقول لي سأجعلك أسعد
زوجة سنحب أكبر عدد من الاطفال

انا احبه جداً ولكني لا أظهر
حبي له كما يفعل هو . هل أظهر

له حبي وأقول له كلمات الغرام
مثل ما يقول لي ؟ والذي يضايقني

هو انه لا يغير علي مع اني أغبر عليه
ولا أظهر غيرتي . فاذا خرجت لا

يسألني أين كنت او مع من واذا
خرجت بفستان شفاف لا يمنعي من

لبسه بل اهداني بفستان شفاف .
والمشكلة الثانية هي : انه لا يأخذ

رأى في أي شيء بل يستشير أخته
التي تصغره بشماني سنوات مع ان

سنها مثل سني ومع ذلك يغير
عليها غيرة شديدة ويقولون ان

الغيرة عنوان الحب فهل هو لا
يحبني وكلامه هذا عن الحب

والبيت السعيد مجرد كلام واذا كان
يحبني حقاً لماذا لا يغير علي ولماذا لا

يستشيرني في أموره وهل اذا تم
الزفاف سيفترجني كما يقولون .

دبريني بربك انها مشكلة كبيرة .
س.ج.ع الاسماعيلية

بنت النيل - المشكلة الكبرى هي
شدة غيرتك حتى من شقيقته وعدم

سؤالك أين كنت ومع من لا يعني
عدم محبته لك بل ثقة بك . . .

ويكفيك برهاناً على حبه لك انه
انتظر سنتين كربة والدك . وعدم

اهتمامك به والاكتفاء بالاصفاء
الى كلماته الغرامية دون أن تظهر

له شعورك برغم حبك له هو الذي
دفعه الى الالتجاء لاخته واخذ رأيها

في كل شيء كمادته قبل الخطوبة .
والرجل كالطفل يالف من يحنو

عليه فاطهري له حبك وحنانك
ولكن بدون اندفاع واهتمى بشئون

ايا كانت ولا تصدق ان الزفاف
يغير العاطفة بل على العكس يزيد

قوة . . لا تنسى أن تلبسي له
الفستان الشفاف هديته اليك .

فقدت إحدى عيني منذ طفولتي
والان اذا مررت في الطريق أسمع

الناس يقولون لي يا حوله حتى
قاربي وأهل المنزل ومنذ قريب

شعرت بالتهاب في عيني فتوجهت
الى الدكتور فقال لي ان عينك لازم

تنشال وأنا الان في حزن وبسكاء
شديد فهل أنخلص من الحياة . .

أرجو أن ترشدني يادكتورة وأنا
أرسلت هذا الخطاب لتقديني مما

أنا فيه .
خ.م.ع
بالاسكندرية

بنت النيل - بادري باستشارة
اخصائي آخر في أمراض العيون .



فالعملية المشار اليها ليست
بسيطة بحيث تنقذين لراي واحد
ربما كان مخطئاً وكانت حالتك في

الواقع لا تستدعي الا علاجاً لازالة
ما بعينيك من التهاب بواسطة

الستريومايسين او البنسلين او
خلافه لان محرراً ببنت النيل كانت

حالتها مثل حالتك تماماً ولكنه شفى
بواسطة حقن خاصة لدى جراح

العيون المشهور الدكتور علي مرتضى
بشارع ٢٦ يوليو رقم ١٨ فاتصل

بنا او اتصل بالطبيب
المذكور ولا تتشامى مهما كانت

الظروف . ولو قدر الله عليك
بازالة عينك فاذعنى لامره ولا

تياسى من الحياة . واعلمى ان
الحياة مليئة بأمثالك ومنهم ومنون

من خلداو سيخلد التاريخ اسماءهم
وكانت قسوة القدر عليهم هي

السبب الاول في نجاحهم وارتقائهم
سلم المجد ، ان هيلين كيلر فاقد

حاسة النظر والسمع والكلام ومع
ذلك من منا لا يعرفها ويعجب بها

انها وصلت الى قمة المجد بالصبر
والايمان والكفاح ، آمنى وكافحى

واياك ان تفكرى في التخلص من
الحياة . . وبنت النيل دائماً في

خدمتك في كل عتبة تقابلك ايما
كانت .

الحب والغيرة

هو قريب لي وزميل اخي في
الشغل يتردد علينا بصفته قريب

على بكالوريوس تجارة وميت في
وظيفة لا بأس بها اما عن اخوتي

فقد فعلت المستحيل لهم فالتحق
أحدهم بكلية الهندسة والاخر

بالزراعة والثالث في التوجيهية
وكل نضالى هذا في صمت رهيب .

حتى رأيتها واحببتها وكما شقيت
في حياتي شقيت في حبي بضالة

رأيتي الذي لا يكفي لرعاية اخوتي
ورعاية حبي بعد الزواج . وهكذا

خطبتها واتفقتنا على الزواج . . .
أرجوك ان لا تحاول ان تنصحيني

بالانتظار فان تعذيب مثل اذا أحب
يشبه انفجاراً مروعاً ولا يمكن أن

اتخل عن خطيبتى ولا عن اخوتي وما
أرجوه هو ان تساعدني بايجاد

عمل اخر لي بعد الظهر .
عبد العزيز اى
شارع احمد حبيب شبرا

بنت النيل - ان كفاحك في
سبيل تهية العيش لاختوتك

وتعليمهم لتحقيق أمل والدك
يستحق كل تقدير وثناء فاستمر

في هذا الطريق واكمل الرسالة
التي بدأتها والذي تخطى كل هذه

العقبات واحتمل كل هذه الصعاب
يستطيع ان يواصل كفاحاً اخر في

السمى للحصول على عمل . . .
ومجلة (بنت النيل) ستحاول ايجاد

عمل لك حتى يمكنك ان تسعد
اخوتك وتسعد بخطبتك وقد نشرنا

في باب (البحث عن العمل)
اسمك لمساعدتك في الحصول عليه

ولا مانع من أن تتزوج من الان
وتسكن زوجتك معكم ما دامت



تحبك اذ على راي المثل (لقمة
هنية تكفى مية) ان على خطيبتك

واجبا خطيراً . . عليها أن تعينك في
مواصلة تعلم اخوتك ومنهم الان من

قارب نهاية التعليم وعليها أن تحتمل
معك المدة الوجيزة الباقية لتخرج

اخوتك وبدا تكون قد ساهمت بقدر
كبير في اسعادهم واسعادك بهم .

الله معك

انا من قارئات (بنت النيل)
وأنا فتاة بائسة في سن السابعة

عشرة من عمري ووالدتي معوقة

بسي بنات النيل ..

يوميا كل صباح ولدة ٣ شهور
بيكريم BIORENE

فتزول الكسرة تماما .
القارئة المستديمة عنايات ٠ع١٠ -
بني سويف :
الاشياء التي تطلبينها منها
كالآتي :

سبراي نت ثمنه ١٠٠ قرش .
ستروينج ثمنه ٣٥ قرش .
فيتابوانت ثمنه ٢٥ قرش وهي
موجودة في مخازن أدوية دلمارشارع
٢٦ يولية وميدان مصطفى كامل .
أما عن كريم بلينشنج اليزابث اردن
فهذا الصنف فعلا غير موجود
بالسوق هذا الشهر ويمكن استعمال
Velvet Cream بدلا منه
اليزابث اردف وهو ثمنه ١٨٠ قرشا
وموجود عند محلات شيكوريل
ومحلات فريال بشارع ٢٦ يوليو
بالقاهرة فيمكنك الاتصال بهذه
المحلات وسوف يرحبون بارسالها
اليه عند طلبها .

انسة سميرة ٠٠ غزه :
تطلب علاج لسقوط رموش
العين وخفة شعر الحواجب .
استعمل مرهم Terramycine
Eye Ointment وضعي
منه ٣ مرات في اليوم على الرموش
أما لكثافة الحواجب ذلكي الحواجب
كل ليلة بقليل من زيت الخروع .

الحاترة ف.س.ج. غزه :
تشكو من ظهور حبوب على
جبينها ووجهها وتشكو من صغر
الثديين -

ضعي على هذه الحبوب كل ليلة
Brestacychine Skin
Ointment

أما لكبر الثديين فاستعملي سائل
Sanua lotion Anna Paula
وتطلبينه من معهد التجميل العلمي
٣٧ شارع عبد الخالق ثروت
بالقاهرة وطريقة استعماله موجودة
داخل العلبة .

الاجابة الصحيحة

- ١ - مانيللا .
- ٢ - الكارثة
- ٣ - بورما
- ٤ - كولومبو ٥ - الهند

ز . ع - قويسنا :

لم نتمكن من فهم رسالتك لرداءة
خطها فنرجو ارسال خطاب آخر
يكون أكثر وضوحا حتى يمكن
معرفة مرضك بالضبط .
قارئة ريفية بالدقهلية :

تسال عن سبب كتمان الدم في
يديها ورجليها وتشعر ببرودة قى
بطن رجليها وعن علاج لرموش
عينها .

استعملى نقط Fluxine ٢٠ نقطة
في نصف فنجان ماء بعد الاكل ٣
مرات يوميا مع أقراص
Bristacycline Capsules
قرص واحد كل ٦ ساعات ٤ مرات
يوميا ليلا ونهارا .

السيدة لطيفة . ف - حلوان :
تشكو من سقوط شعر رأسها
بعد الولادة والرضاعة .

استعملى حقن Atral B 12
في العضل يوميا حقنة لمدة ١٨ يوما
مع دواء Bioferrin Hoechst
ملعقة كبيرة بعد الاكل ٣ مرات
يوميا .

آمال . م . م :
تطلب دواء لنمو الصدر وزيادة
الطول والوزن وإزالة الشعر من
وجهها .

استعملى حقن
Hormogland Richter
Female
حقنة في العضل كل ٣ أيام مع
حقن Pancebrin سنثيمتر
ونصف في العضل يوميا .



البائسة تحية . م :
تسال عن اخضائي لتجميل
الوجه لعلاج التشوهات الموجودة
في وجهها .

يمكنك الاتصال بالدكتور ليفي
لينز بشارع الانتيكخانة بجسوار
جروبي . وكذلك بالدكتور ميشيل
فهمي ٣٦ شارع شريف باشا
بالقاهرة .

القارئة نوال . ع . م :
لعلاج الهرش في ساقيك وذراعيك
استعملى مرهم كبريت عمود أما
عن الكسرة التي في شعرك فدلكيها

آنسة زينب عطية - المنصورة :
تطلب علاج لخشونة جلد يديها .
احذري من استعمال صابون به
سودا كاوية . ودلكي يديك في
المساء قبل النوم بكريم
Citronelge

س . سالي - اسكندرية :
أصيبت بحروق في يديها وذقنها
منذ الطفولة وتسال عن جراح
تجميل مشهور .
اتصل بالدكتور ميشيل فهمي
بشارع شريف بالقاهرة .



يرد على الاسئلة الدكتور
ابراهيم عازر

مدام س . ص - الزيتون :

استعملى أقراص
Dicalets Abbott
قرص قبل الاكل ٣ مرات يوميا مع
حقن Atral B 12 العضلات يوميا
لمدة ١٨ حقنة .

لانولين بلاس

يرشدك الى

اسرار الجمال

سواء كان جلدك
دهنيا أم جافا فان
اللانولين بلاس
السائل الذي ينفذ
الى عمق كبير
يستطيع أن ينظم
المواد الدهنية
ويحدث بينها
التوازن المطلوب .
فان شئت أن
تستمتعي بجلد نضر
وبشرة غضة جري
العلاج المقوى التالي :

- اغمسي فوطه في ماء ساخن جدا
وضعيها فوق الوجه والعنق خلال دقيقة
تقريبا حتى تتفتح المسام وتسترخي
العضلات

- سخني زجاجة اللانولين السائل
بالامساك بها برهة تحت ماء ساخن ثم
ضعي السائل على الوجه والعنق . فتشعري
بنتميل خفيف وتلاحظين أن السائل قد
امتص بسرعة كبيرة

- عندما تجففين وجهك بعد ذلك ستزال كل الشوائب العالقة على سطحه
ولانمام هذا العلاج المقوى زودي سطح الجلد بعد ذلك ببضع قطرات من
اللانولين السائل .
ان بشرتك ستكون بعد هذا العلاج اجمل وانضر واغوى على المقاومة بعد
بضع سنوات .



شؤون المنزل

بين المرأة والقضايا

سوسو بسوهاج :

تسأل عن كيفية تلميع طقم سرفيس صيني تغير لونه الى اسود مع انطفاء بريقه وظهور به بعض الخريشة • لازالة السواد الموجود على السرفيس ادعكيه اولاً بكاربونات الصودا على الناشف ثم ادعكيه بعد ذلك بسائل براسو يرجع الى حالته الاولى •

مشاركة من الصعيد :

لم استطع قراءة سؤالك الاول لرداءة الخط ارجو ان تكتبي واضحاً • أما عن نوع الزهور التي توضع في الصالون فالأفضل استعمال الورود أو الازهار الطبيعية في تزيين الصالون فهي أفضل من الصناعي • أما التطريز على ملايات السرير فيتوقف ذلك على حسب رغبتك وذوقك فاحياناً تبرز الملايات بالخيوط الملونة لون واحد أو أكثر • وأحياناً تبرز بالخيوط البيضاء • والأفضل طبعاً عند استعمال الالوان في التطريز ان تكون قليلة أو ذات لون واحد فقط

ز. ع مصر الجديدة :

تسأل عن كيفية غسل بلوزة كريب دى شين بيضاء مطرزة بغزة الظل باللون الأبيض • الكريب دى شين الأبيض يصفر عادة من كثرة استعمال الصابون ولا سبيل لاصلاح اللون اذا اصفر • ولا حظي مستقبلًا عند غسل الكريب دى شين ان تفصله في ماء دافئ وصابون مبشور أو صابون

بشرط ان تكون كمية الصابون قليلة ثم اشطفيها في ماء دافئ ثم في ماء بارد واعصريها واستعملي الخفة والضغط الخفيف في مراحل الغسل والشطف • ثم انشريها لمدة قليلة واكويها وهي ممداه بمكواه متوسطة الحرارة • ويمكنك إعادة اللعة الطبيعية بان تضعي في ماء الشطف البارد قليلاً من الاسبرتو الأبيض •

القارئة نوال ع. م :

لديها فستان أورجاندى أبيض، به نقط قطيفة سوداء تريد غسله • اغسله في البنزين ولا حظي ان تكون هذه العملية بعيدة عن أي نار أو حرارة • ثم اشطفيه في بنزين نظيف واعصريه جيداً ثم لفيه في بشكير أو ملاءة حتى يتخلص من كل ما به من بنزين ثم علقه في مكان طلق الهواء حتى تزول الرائحة تماماً • أما ألوان فنيتين الصيف هذا العام • فهي الالوان الفاتحة والاقمشة المشجرة القابلة للغسيل • السؤال الآخر في بريد التجميل •

القارئة اليانسة بالاسكندرية :

المحررة ترحوك ان ترسل اليها رسالة أخرى أكثر ايضاحاً لتستطيع فهم الاسباب التي دفعتك الى هذا اليأس القاتل • والى ان تصلنا رسالتك ونرد عليها • نرجو المدول عن مشروع هذا الانتحار السخيف • ان مشاكل الدنيا كلها و • لا تساوى ان تغديها بظفر واحد • فالحياة أغلى ما نملك • وانت شابة وأمامك مستقبل طويل عيشي حياتك كاملة وفى كل يوم يعنى • سيزيد حبك للحياة

الام الحائرة بدمهور :

تشكو تصرف خالص لابنتها التي في سن المراهقة • وتطلب استشارتنا •

«المحررة» : أملنا رسالتك الى طبيب بنت النيل • وستجدين اجابته عليها في بريد الاطباء بالعدد القادم •

الاستاذ م. ا. محام بالنيا :

يسأل عن الاسم الكامل لمحررة باب القضايا ببنت النيل وهل هي حقوقية ؟

«المحررة» : أما عن اسم محررة باب القضايا • فليس من شأنك • أما عن مؤهلها • فيمكنك ان تطمئن انها زميلة لك • محامية •

السيدة ف. و. تقول :

أنا سيدة في الخامسة والثلاثين من عمري • ظهرت بوجهي بعض التجاعيد • وقد قرأت في مقالكم « الهرمونات والشيخوخة » بعدد نوفمبر سنة ١٩٥٥ عن دواء « الايستروجين » وأثره في ازالة التجاعيد، وكون شاكراً لو تفضلتم بالاجابة عن أسئلتى هذه :

١ - هل يصح استعمال هذا الدواء قبل سن الأربعين وفى أى الاجزائات أجده لاني بحثت عنه في كثير منها فلم أجده •

٢ - أى طبيب استشيرته في الجرعات أمراض نساء أم باطني أم جلدي ؟

٣ - كيفية الاستعمال وهل دهان « بروكسين » هو الايستروجين لتشابه الاسمين أم ماذا ؟ وبأى شيء تنصحينى

أجيبينى على صفحات مجلتكم أو رداً على المنزل وأكون شاكراً جداً • فيفي واصف

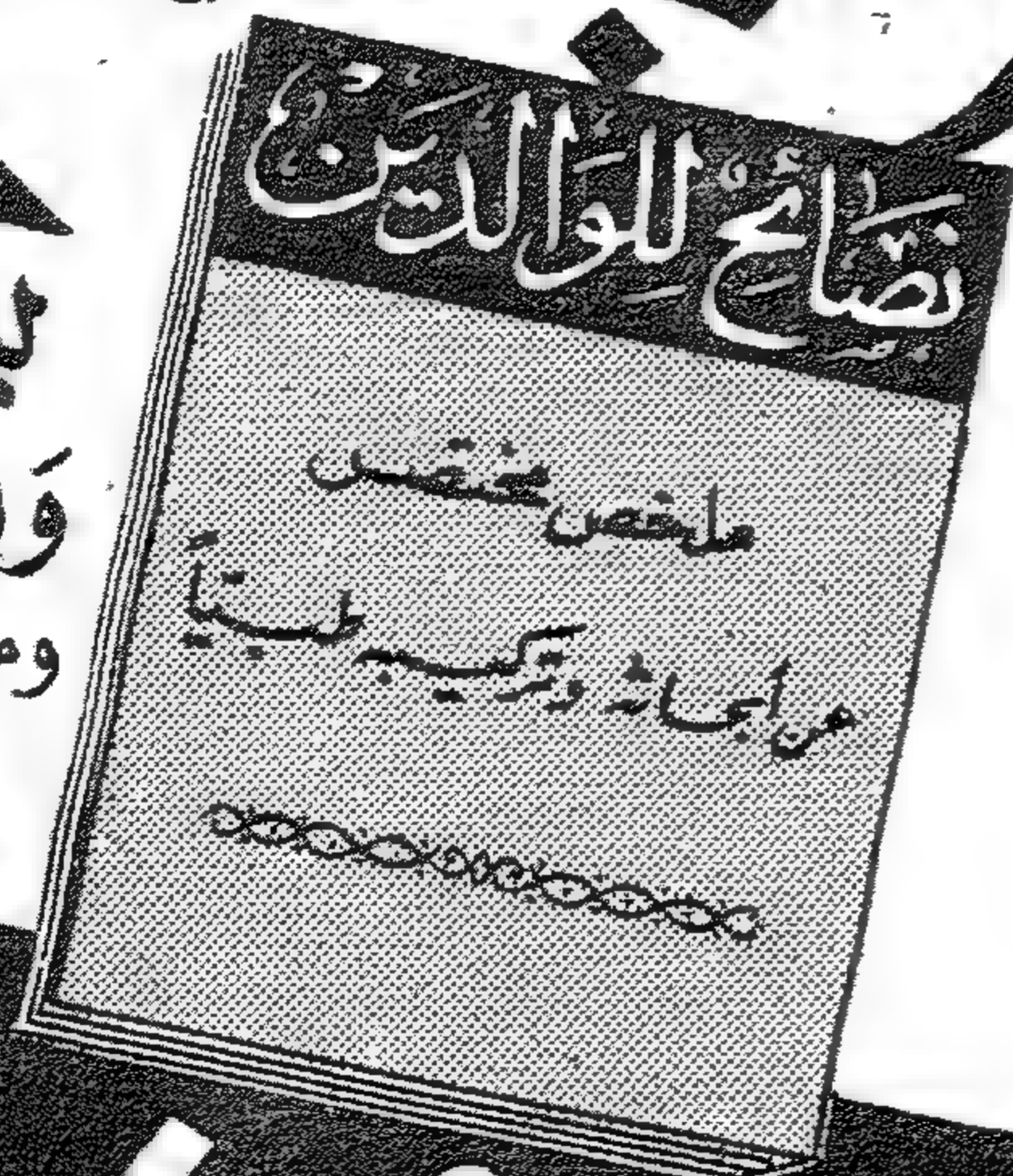
المحررة :

لا تعطى الهرمونات الا بعد استشارة اخصائى في الغدد •



شركة الهندسة والصناعات
الوكلاء بالقاهرة
المكتب : بمساحة انور وجدي ٤ شارع مظلوم ت ٤١١٤٤
الجازين والورش : ٣٣ شارع منصور باب النوري

هذه النشرة ترسل
مجانية



للمتزوجين
والمتزوجات
ومنهم على أهبة الزواج

من جميع الابواب ومن
ألمة الزواج ان لمواعلي
النشرة الصغيرة عن اقسا

هذه النشرة ترسل
مجانية
شركة النيل التجارية قسم ك ص.ب ٦٦٣ بالقاهرة



كيف أعبر وسى للزواج منها؟!!

عن مجموعيات
تدريب الاسراري
عبد الفتاح ابراهيم

**كانت تزعم لكل فرد أن
أمر الرجال لا يعنيهها ..
فاذا كانت صادقة في هذا
فكيف يمكن أن تتوافر لها
هذه الدراية بأخلاقهم ...؟**

كان يوما دافئا من أيام الربيع
عندما جلست سوزان أو مالى فى
أشعة الشمس على الدرجات
الرخامية أمام باب منزلها تطلو
أظافر يديها بصباغ ذى لون أحمر
زاه .. وكانت فى جلستها الهادئة
مسترخاة .. تنظر الى أصابع
يديها الجميلة بأعجاب .. كانت
قد وثبتت الى سن الشباب
والنضوج واكتملت أنوثتها الحلوة
.. وكان من حقها أن تعجب
بجسمها الجميل .. فان صاحب
الحاجة أول من يحب أن يعجب
أن يعجب بها ..

ولعل أحلامها سارت بها طويلا
.. لأنها فجأة تخلصت مما يدور
برأسها لتتقرب داني أوشيا قادمة
فى الطريق نحو المنزل وقد بدت
فى أعطافه ثقته بنفسه على
الصورة التى كانت تعرفها منذ
سنوات قبل رحيله للدراسة فى
انجلترا ..

وصاح داني عندما بات على قيد
خطوات منها ..

— هالو سوزى
واغمضت سوزان إحدى عينيها
من أشعة الشمس ومدت يدها وهى
تهمس :

— اذن فقد عدت الى الوطن
ثانية ..

وبقيت سوزان صامتة .. ثم
تابعا سيرهما كما كانا يفعلان
من قبل حتى وصلا الى النهر
فاستندا الى الحاجز الحديدى
وراحا يرقبان المياه ، كانت قد
بدأت تمطر رذاذا ولكنها بقيتا فى
مكانهما وقد وقفت سوزان لا الى
جانبه ملتصقة .. كما كانت تفعل
من قبل بل بعدت عنه أكثر من
يلودة واحدة .

ودار داني برأسه نحوها ..
— أظنك مرتبطة بالزواج برجل
ما ..

— لا .. الواقع أن أمر الرجال
لا يعنينى .. لقد لاحظت أن كل
الفتيات عندما تكمل أنوثتهن فانهن
يفكرن فجأة فى أن لهن غرضا
واحدا فى الحياة .. هذا الغرض
هو أن يتصيدن زوجا ..

وضحك داني مقهقهها .. ولم
تبد الفتاة أنها قد انتبهت الى
ضحكاته قالت :

— اننى لست واثقة من هاته
الفتيات اللاتي اشبههن بكلاب
الصيد .. اننى أحب التمتع
باستقلالى الشخصى وحرىتى ..
هل تفهم هذا جيدا ..

ولكن الذى حدث هو أن سوزان
عندما هبطت من غرفتها الى الطابق
الأول للعشاء كانت قد اصلحت من
شعرها .. وعقصته خلف رأسها
فى خصل ذهبية اللون .. ثم
ارتدت ثوبا جميلا كان يبدى تكوين
جسمها الجميل وان كان قماشه
فى الواقع سميكاً بالنسبة للجو
الدافئ ..

وهمست أمها عند ما رأتها فى
تلك الصورة :

— أظنك تنتظرين داني هذه
الليلة ؟

وهزت الفتاة كتفها ..

— اننا سنتجول قليلا بعد
العشاء .. هذا كل ما فى الامر

ولكن لم يكن هذا كل ما فى
الامر .. فقد أطل القمر بنوره من
السماء فى صورة حالة من بين
أفصان الاشجار ، وكانت سوزان
ترفع عينيها الى وجهه وهى تهمس
لنفسها أن الرجل قد بات أجمل
صورة مما كان قبل أن يسافر
لاستكمال دراسته .. وفجأة وهى
فى غمرة تفكيرها أحست به يدير
وجهها نحوه فصاحت :

— اياك ..

ولكن كان تحذيرها قد جاء
متأخرا فقد احتضنها بين ذراعيه
بقوة وضماها الى صدره بعنف ثم
راح يقبلها فى شفيتها .. وقد
طالت قبلته حتى أفزعته ، على أنه
عندما أطلقها من بين ذراعيه همست
فى صوت خفيض «مبدية سخطها»
وفى اللحظة التالية كانت تصفعه على

وجهه بقوة وللمرة الثانية فى يوم
واحد ..

ونظر اليها داني أوشيا كما
ينظر الى امرأة فقدت عقلها .. ثم
دار على عقبه وسار بعيدا عنها
.. ووقفت فى مكانها ترتقبه ..
وعندما خفت السحب وأطل القمر
بضوئه من جديد كان الظلام قد
احتواه ..

وجاء الصيف بعد انتهاء الربيع
ولكن داني أوشيا لم يرجع لزيارتها
وذاث مساء قالت مسر أومالى
لابنتها :

— لماذا لا تحاولين الاتصال بداني
تليفونيا لسؤاله عما اذا كان يمكن
أن يعيرنا بعض المقاعد لليلة
الثلاثاء ..

— يمكنك أن تستعيرى مقاعد
مسر تراسى .. ثم انها تقطن فى
المنزل المجاور لنا
وكانت الاجابة عنيفة ، فصمتت
الام ..

ومرت أسابيع .. وعادت الام
من جديد تقول :

— سوزان .. لماذا لا تذهبين
الى المديشة للقاء داني وسؤاله
عما اذا كان فى حاجة الى تذكيرين
للحفلة الراقصة واذكرى له اننى
رئيسة لجنة بيع تذاكر الحفلة ..
وهذا العمل قد يكون جميلا منك
لان الحفل قد أعد لمعاونة ملجأ
الاطفال ..

وألقت سوزان على أمها نظرة
عاجلة وهى تخرج الكلمات من بين
شفيتها فى سكون ..

— أماه .. لقد قلت أكثر من
مرة أنه لا فكرة لدى عن داني
أوشيا ولا عن أى رجل آخر ..

— سوزان .. انك قد تستطيعين
أن تسرى عن نفسك بمثل هذه
الاحاديث الماضية ولكن لا تقوليها
لى .. ان داني أوشيا أجمل شاب
فى دبلن .. وكل الفتيات فى
المدينة يتعقبن خطواته ولهذا
لا يدهشنى أنه لا يجد لديه أى
وقت ليفكر فى وجودك ..
وصرخت سوزان غاضبة

— وأنا لا يعنينى اذا ما كان
داني أوشيا يفكر أو لا يفكر فى
وجودى ..

وتركت الغرفة مسرعة دون أن
تكمل إعادة الطعام فى معاونة أمها
كما تفعل كل يوم

ومر اسبوعان .. وفى صباح
السبت جلست فى مكانها الهادئ
على الدرجات الخارجية للمنزل
تعمل فى نسج صديريه من الصوف
.. وأحست بالظل يغطيها فى
جلستها وعندما رفعت عينيها ..
وجدت داني أوشيا منحنيًا نحوها
— لمن تعدين هذه الصديريه ؟

— أما

- ولہ

- ومن

.. اما ..

•• وقف الرجل ••

ورفعت

۱۰۰

344))

والتب

11

ولم

»

والفصل

cycle.

وفي الـ

۱۔ انہی

ربما أمته

وجلیست

– ولكن

ويجب ان

بغير زوج

التفعل العا

جلیمر وں

الى زوجته الحميلة

وأود أن أفهمه يا م

استطعت به امتلاك

اطلاقاً في الزواج

الى زوجها اندي تح

بالمراسلة ..

رسائله التي بعث بها

هي التي مكنت من

وقد رجعت .

هذه الاطلائع اجابى بك مصر الاستعمار الاقتصادي منذ ٣٦ عاما في الارض
والبحر والسماء واليوم تصالغ مصر كيف خلقت عزائكم ابنا لها القسمة
عساد الارض والبحر والسماء لتقوم حراسا على استقلالها
وعزيتها بعد استعمار دام ٧٤ عاما ...



كل شيء عن السينما

أشعل حبه لها الفيرة في قلب زوجته الشريرة كاترين دي ميديسي التي راحت تترقب الفرص لتنتقم من ديانا ..

وتقوم لانا تيرنر في هذا الفيلم بشخصية ديانا .. أما مارييس بافان الاخت التوام لبيير انجيلي فانها تقوم بدور كاترين الشريرة كما يقوم النجم المكسيكي الكبير بدرو أرمندارس بدور الملك فرنسيس الاول ملك فرنسا ..

وروجر مور هو ابن عسكري بوليس متقاعد وقد بدأ عمله الفني في مسارح لندن ..

ان روجر من كواكب المستقبل ، وقد سجل لنفسه في فيلم ديانا انتصارا كبيرا فترقبوا هذا البطل الجديد ..

موعد ..

كوكب الرقص والاستعراض الفاتنة سد شاريس التي شاهدناها وأعجبنا ببراعتها ومقدرتها في كثير من الافلام والتي تقدمها اليك اليوم متروجلدون ماير في أجمل أفلام الموسم « موعد في لاس فيجاس » وهو فيلم بالالوان والسينماسكوب يتقاسم بطولته مع سد شاريس دان ديل فضلا عن مجموعة منتقاة من وجوه الشاشة المحبوبين وهو من اخراج هوي رولاند ومن انتاج جوباسترناك ..

ان فيلم «موعد في لاس فيجاس» سيريك ألوانا زاهية من الحياة في لاس فيجاس .. ومستمتع بكل ما فيه من مباح ومسلية ..

هل سمعت قط عن مثل تتورد أدناه في كل مرة يقبل فيها البطلة ؟

هذا ما كان يحدث لنجم متروجلدون ماير الجديد روجر مور أوافد من إنجلترا ، أثناء العمل في فيلم « ديانا » الذي أنتجته ج.م.م بالالوان والسينماسكوب فقد كان روجر في كل مرة يعاني فيها الفاتنة لانا تيرنر كوكب هذا الفيلم تشع أدناه ضوءا أشبه بعلامات النيون .. وقد سبب ذلك متاعب كثيرة للمختصين في تفاوت الالوان ..

ويلحق روجر على ذلك بقوله انه لا يستطيع أن يمنع حدوث ذلك - أي تورد أدنيه - ولعل السبب في ذلك يرجع الى عهد الدراسة في إنجلترا فقد كان زملاؤه في الفصل يعيرونه بطول قامته وامتلاء جسمه وقبح صورته ، فلما كان المدرس يطلب منه أن يقرأ شيئا من الفصل كان يشعر بالخجل فتتورد أدناه ..

ولكن روجر الذي يبلغ طوله الان ستة أقدام وبضع بوصات لا يستطيع أن تسلكه في حزب أشجار الجميز أو تنعته بالتبجح فان شكله يحمل السيدات من جميع الاعمار على التهنيد .. انه شاب ممتاز جميل الصورة .. وفيلم « ديانا » هو ثالث فيلم يظهر فيه روجر وهو يمثل فيه شخصية الامير هنري الذي هام بحب الفاتنة ديانا دي بواتيه التي كانت تعد أجمل امرأة في أوروبا في القرن السادس عشر والتي

الحق على مين؟



١ - اديني القميص .. ٢ - اتفضل ..



٣ - فين الزاير .. ٤ - أهم ...



٥ - والشراب ؟ ٦ - أهو !



٧ - أعقد لي الكرافاتة ٨ - حاضر !



٩ يا سلام !! ١٠ - انت دائما تتأخرى

جاکو

انک لا تستطیعین مقاومہ سحر المجوهرات البراقۃ صناعتہا ہابلونکس
رانت تقاسمین مہیا آئے لہذا المجوهرات تزیینتہا ہابلونکس
فہ آکے مکانے . ویکنتک ان تجدی منہ الاضاف الآتیۃ :

لؤلؤ
مجوهرات
زہا جہیت
ومعدنیہ
أحجار کرمیہ
زہا جہیت
تحفہ
شجرۃ عید
الیلاد



JABLONEX

ہا کو - ہا ہابلونکس . ن . ن . تشیکوسلوفاکیا
ولزیادۃ الارضاع اوصولوا

بالقسم التجاری - سفارۃ جمہوریۃ تشیکوسلوفاکیا





جونغ

اللحم البقري المطبوخ

يصلح لجميع
أنواع الطعام



ألذ طعام
أحسن لحمه
بأقل ثمن

يصبج جاهزا للاكل بعد دقيقة واحدة من وضعه على النار

طريقة الاستعمال : انظري صفحة ٧٢

